

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 21» г. Чебоксары

Л.В. Порфирьева

26.08.2026



МЕНЮ НА СРЕДУ (3)

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Каша пшенная	180/180	189,42
Чай с молоком	150/200	140,06
Батон с маслом	30/5 / 40/5	125,85
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Банан	100	89,3
ОБЕД		
Помидор свежий	30/50	9,94
Рассольник со сметаной на мясном бульоне	150/200	121,49
Котлета аппетитная	60/70	171,5
Каша гречневая	110/130	103,8
Томатный соус	20/20	12,62
Лимонный напиток	150/200	56,25
Хлеб ржаной	40/50	102,5
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Рисово-рыбная запеканка с сметанным соусом	180/20 200/20	301,58
Батон	20/30	87,2
Чай с соком	180/200	72,48