

Рацион питания для детей с 1
года до 3 лет и с 3-7 лет

Заведующий МБДОУ «Детский сад №30» г.

Утверждаю:

Чебоксары

М.И. Владимирова



Меню на "26" июня 2026 г.

Наименование блюд	Объем порций			
	1-3 года		3-7 лет	
10 день	выход	ККАЛ	выход	ККАЛ
Завтрак				
Каша геркулесовая молочная	180	180,42	180	180,42
Какао со сгущенным молоком	150	40,69	200	41,63
Батон с маслом	35	102,65	45	125,85
Второй завтрак				
Сок фруктовый	150	63	180	75,6
Обед				
Огурец свежий	30	3,3	50	5,5
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	150	124,09	200	142,65
Запеканка картофельная с мясом	170	234,93	170	304,55
Компот из свежих яблок	150	48,56	200	58,71
Хлеб ржаной	50	102,5	50	102,5
Уплотненный полдник				
Макароны запеченные с яйцом	150	185	200	246,66
Чай с соком	150	42,16	200	72,48
Батон	20	69,6	20	69,6
Яблоко	95	39,9	100	42
Итого за день:		1236,8		1468,15