



Утверждено  
Приказом МБДОУ  
«Детский сад №50»  
г. Чебоксары  
№ 66-О от 29.06.2026г.

### Меню на «26» августа 2026г.

| Наименование блюд                            | Объем порций (г) |        | Калорийность порции |        |
|----------------------------------------------|------------------|--------|---------------------|--------|
| <b><u>3 ДЕНЬ</u></b><br>Первая неделя, среда | возраст          |        | возраст             |        |
|                                              | 1-3              | 3-7    | 1-3                 | 3-7    |
| <b><u>Завтрак</u></b>                        |                  |        |                     |        |
| Каша пшеничная молочная                      | 150              | 180    | 100,61              | 155,01 |
| Чай с молоком                                | 180              | 200    | 105,88              | 106,71 |
| Батон с маслом                               | 25               | 30/5   | 80,08               | 102,62 |
| <b><u>Второй завтрак</u></b>                 |                  |        |                     |        |
| Банан                                        | 100              | 100    | 89,3                | 96     |
| <b><u>Обед</u></b>                           |                  |        |                     |        |
| Помидор свежий                               | 30               | 50     | 5,97                | 9,94   |
| Рассольник со сметаной на мясном бульоне     | 150              | 200    | 94,09               | 121,49 |
| Котлета аппетитная                           | 60               | 70     | 161,64              | 230,5  |
| Каша гречневая                               | 110              | 130    | 90,84               | 103,8  |
| Томатный соус                                | 20               | 20     | 12,62               | 12,62  |
| Лимонный напиток                             | 150              | 200    | 48,38               | 56,25  |
| Хлеб ржаной                                  | 40               | 50     | 82,0                | 102,50 |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>            |                  |        |                     |        |
| Рисово-рыбная запеканка со сметанным соусом  | 180/20           | 200/20 | 281,39              | 339,74 |
| Кефир с сахаром                              | 180              | 200    | 70,11               | 91,48  |
| Батон                                        | 20               | 40     | 69,60               | 109,80 |