

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №362 Дзержинского района Волгограда» (МОУ Детский сад №362)

25.06.2025 г

Утверждаю: ООО Алёко  
Ковалева А.В.



ЕЖЕОДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



| Принем пищи                      | Принем пищи, наименование блюда                                          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                  |                                                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводн, г |                               |              |                  |
| Завтрак<br>Неделя 1<br>Вариант 3 | КАША ЖИТНАЯ (манная) ТТК №63                                             | 150          | 6,1              | 3,4     | 26,8        | 163                           | ТТК №63      |                  |
|                                  | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392                    | 180/10       | 0,1              | 0       | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                                  | ЯЙЛА ВАРЕНЬЕ №213                                                        | 64           | 5,5              | 5       | 0,3         | 68,6                          | 213          | 2011             |
|                                  | БАТОН                                                                    | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |              |                  |
|                                  | Итого за завтрак                                                         | 405          | 13,2             | 9       | 47,2        | 323,4                         |              |                  |
| 2 Завтрак                        | СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399                                             | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          | 399          | 2011             |
| Итого за 2 завтрак               |                                                                          | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |              |                  |
| Обед                             | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                            | 30           | 0,2              | 0       | 0,5         | 3,9                           |              |                  |
|                                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ ЕВЛОХЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28 | 150/10       | 1,5              | 5       | 7,5         | 91,2                          | ТТК №28      |                  |
|                                  | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫО (печень)                      | 150          | 10,0             | 6,8     | 25,3        | 215,8                         | ТТК № 79     |                  |
|                                  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393                                                       | 150/73,5     | 0,1              | 0       | 7           | 29                            | 393          | 2011             |
|                                  | ХЛЕБ ПЕКИВАНЧЫЙ                                                          | 20           | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8                          |              |                  |
| Итого за обед                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46                            |              |                  |
|                                  |                                                                          | 540          | 14,6             | 12,1    | 58,5        | 426,7                         |              |                  |
| Уплотненный полдник              | ПРОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свежая) №324                                | 40           | 0,6              | 1,4     | 4           | 33,4                          | 324          | 2011             |
|                                  | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШИШКЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №61/№354      | 50/30        | 6,7              | 9,7     | 16,9        | 167,96                        | ТТК №61 №354 | 2011             |
|                                  | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧУБВАЯ) №166                              | 110          | 5,7              | 6,4     | 26,3        | 191,4                         | 166          | 2011             |
|                                  | КОМОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372                                              | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86                            | 372          | 2011             |
|                                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                           | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71                            |              |                  |
| Итого за Уплотненный полдник     |                                                                          | 440          | 15,4             | 17,8    | 83,2        | 549,76                        |              |                  |
| Всего за день:                   |                                                                          |              | 44               | 39,1    | 206         | 1402                          |              |                  |

Повар

*С.В.С.*

ООО «Алёко»  
ИНН 3443054280  
МОУ Детский сад № 362  
ДЗР 6-Р-30-летия Победы, 62