

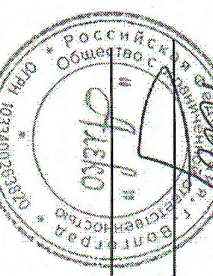
Согласовано
Центральное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад №362
Дзержинского района Волгограда»
(МОУ детский сад №362)

26.06.2025 г

Утверждена ООО Алеско
Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Вести-Лето
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 Вариант 4	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (РЕЧНЕВОЙ)	180	5,3	4,8	15,1	125,3	ТТК №106
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	393
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/6/15	6,4	8,1	19,5	182,3	3
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368
	Итого за завтрак		637	12,7	13,7	63,6	440,5	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2		19,6	83,4	399
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2		19,6	83,4	2011
Обед		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,0	1,4	8,1	
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ)	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	206,3	ТТК №65
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4	205
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	376
		ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	
Итого за обед		730	24,7	21,2		99,3	701,6	
Уплотненный полдник		КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5	197,9	ТТК №62
		ПИРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	321
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
		БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473
Итого за Уплотненный полдник		500	22,1	18,8		94,5	641,0	2011
Всего за день:			60,5	53,9		277,0	1 866,5	

МДОУ Детская сад № 362
ДЗР 6-р 30-летия Победы, 62