

ООО «Алеко»  
ИНН 3443054280  
Согласовано  
ООО «АЛЕКО» Детский сад № 324  
КРА ул. Шушинская, 9

И.И. Макарова

Утверждаю

Ежедневное меню на « 26 » 05 2025 год

Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

День 1

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
Суп молочный с крупой (рисовой)	180	4,3	4,4	15,0	131,6
Чай с молоком	200	3,0	2,5	15,6	97,3
Бутерброд с маслом	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7
<b>Итого</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>374,7</b>
<b>2-ой завтрак</b>					
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1
Суп с макаронными изделиями м-к бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
Жаркое по домашнему	150	17,8	16,7	15,6	287,3
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
<b>Итого</b>	<b>630</b>	<b>26,1</b>	<b>21,7</b>	<b>79,5</b>	<b>624,4</b>
<b>Полдник</b>					
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,4	114,0
<b>Итого</b>	<b>250</b>	<b>4,2</b>	<b>3,9</b>	<b>57,3</b>	<b>281,3</b>
<b>Ужин</b>					
Тефтели с соусом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>16,9</b>	<b>16,6</b>	<b>64,4</b>	<b>487,5</b>
<b>2-ой ужин</b>					
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего</b>		<b>63,0</b>	<b>61,2</b>	<b>273,6</b>	<b>1943,8</b>

Шеф-повар



М.С. Микунова

ООО «Алеко»  
 ИНН 3443054280  
 ООО «АЛЕКО»  
 МДОУ Детский сад № 324  
 КРА ул. Саушинская, 9

И.И. Макарова

Утверждаю

Ежедневное меню на «27» 05 2025 год  
 Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

День 2

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
Каша жидкая (геркулесовая)	180	7,8	5,5	28,5	195,7
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Сыр	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Батон	25	1,9	0,7	12,9	65,5
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>12,1</b>	<b>9,2</b>	<b>51,2</b>	<b>337,0</b>
<b>2-ой завтрак</b>					
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>1,8</b>	<b>1,0</b>	<b>38,6</b>	<b>174,6</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свеклы	60	0,8	3,5	4,9	54,6
Суп картофельный на курином бульоне	180	4,7	3,9	13,6	110,3
Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Хлеб пеклеванный	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>38,0</b>	<b>39,1</b>	<b>86,6</b>	<b>857,2</b>
<b>Полдник</b>					
Булочка веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,4	114,0
<b>Итого</b>	<b>250</b>	<b>4,1</b>	<b>3,0</b>	<b>58,0</b>	<b>274,9</b>
<b>Ужин</b>					
Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6
Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,1	23,8	148,3
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
<b>Итого</b>	<b>457</b>	<b>18,0</b>	<b>10,9</b>	<b>57,0</b>	<b>407,3</b>
<b>2-ой ужин</b>					
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего</b>		<b>79,1</b>	<b>67,6</b>	<b>298,4</b>	<b>2143,5</b>

Шеф повар



М.С. Микунова

Согласовано  
ООО «АЛЕКО»

ООО «Алеко»

ИНН 3443054280

МДОУ Детский сад № 324

КРА ул. Саушинская, 9

И.И. Макарова

Утверждаю

Ежедневное меню на « 28 » 05 2025 год  
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

День 3

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
Каша жидкая манная	180	7,3	4,2	31,4	191,3
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Яйца вареные	64	5,5	5	0,3	68,6
<b>Итого</b>	<b>445</b>	<b>14,4</b>	<b>9,8</b>	<b>51,8</b>	<b>351,7</b>
<b>2-ой завтрак</b>					
Сок яблочно-абрикосовый	200	1,2	0,2	19,6	83,4
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1,2</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>					
Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне со сметаной	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
Запеканка картофельная с мясом	150	10,0	6,8	25,3	215,8
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Хлеб пеклеваный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
<b>Итого</b>	<b>647</b>	<b>16,4</b>	<b>12,5</b>	<b>72,1</b>	<b>487,1</b>
<b>Полдник</b>					
печенье	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Чай с молоком	200	3,0	2,5	15,6	97,3
<b>Итого</b>	<b>250</b>	<b>6,8</b>	<b>7,4</b>	<b>52,8</b>	<b>305,8</b>
<b>Ужин</b>					
Пюре из свеклы	60	1,0	1,9	6,2	47,8
Котлеты рубленные с соусом	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	130	7,0	4,8	32,0	208,5
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	137,8
<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>24,5</b>	<b>23,6</b>	<b>101,0</b>	<b>737,1</b>
<b>2-ой ужин</b>					
Кефир 401	180	5,1	4,4	7,0	92,5
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Итого</b>		<b>67,6</b>	<b>63,1</b>	<b>319,5</b>	<b>2160,6</b>

Шеф-повар

М.С. Микунова

ООО «Алеко»  
ИНН 3443054280

Согласовано Детский сад № 324  
ООО «АЛЕКО» Саушинская, 9

И.И. Макарова

Утверждаю

Детский сад  
№ 324

2025 год

Ежедневное меню на « 29 » 05  
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

День 4

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
Суп молочный с гречневой крупой	180	5,3	4,8	15,1	125,3
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Бутерброд с сыром	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3
Яблоко	200	0,8	0,8	19,0	91,2
<b>Итого</b>	<b>637</b>	<b>12,7</b>	<b>13,7</b>	<b>63,6</b>	<b>440,5</b>
<b>2-ой завтрак</b>					
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>					
Помидоры соленые	60	0,7	0,0	1,4	8,1
Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	180	4,7	3,9	13,6	110,3
Тефтели с соусом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
Макаронные изделия	130	4,9	4,4	31,1	188,4
Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9
Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
<b>Итого</b>	<b>730</b>	<b>24,7</b>	<b>21,2</b>	<b>99,3</b>	<b>701,6</b>
<b>Полдник</b>					
Булочка веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,4	114,0
<b>Итого</b>	<b>250</b>	<b>4,1</b>	<b>3,0</b>	<b>58,0</b>	<b>274,9</b>
<b>Ужин</b>					
Котлета рубленая из птицы	70	11,5	11,6	11,5	197,9
Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
батон	45	3,4	1,3	23,1	117,9
<b>Итого</b>	<b>442</b>	<b>17,8</b>	<b>16,8</b>	<b>63,1</b>	<b>481,9</b>
<b>2-ой ужин</b>					
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего</b>		<b>65,4</b>	<b>56,3</b>	<b>310,6</b>	<b>2074,8</b>

Шеф-повар  М.С. Микунова

Согласовано  
 ООО «Алеко»  
 ИНН 3443054280  
 МДОУ Детский сад № 324  
 КРА ул. Саушинская, 3

И.И. Макарова

Утверждаю

МОУ  
 Детский сад

Ежедневное меню на « 30 » 05 2025 год  
 Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

День 5

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
Каша жидкая (геркулесовая)	180	7,8	5,5	29,0	197,6
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Бутерброд с джемом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
<b>Итого</b>	<b>435</b>	<b>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>73,5</b>	<b>457,4</b>
<b>2-ой завтрак</b>					
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1
Суп картофельный на курином бульоне	180	2,3	2,1	13,9	85,2
Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
<b>Итого</b>	<b>630</b>	<b>36,9</b>	<b>36,2</b>	<b>99,8</b>	<b>879,0</b>
<b>Полдник</b>					
Печенье	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Какао с молоком	200	3,9	3,3	16,5	112,6
<b>Итого</b>	<b>250</b>	<b>7,7</b>	<b>8,2</b>	<b>53,7</b>	<b>321,1</b>
<b>Ужин</b>					
Икра кабачковая	50	1,0	4,5	3,9	59,5
Котлеты рыбные	70	9,5	6,9	6,8	135,8
Картофель отварной с маслом	130	2,5	3,5	20,6	128,3
Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
<b>Итого</b>	<b>470</b>	<b>16,7</b>	<b>15,4</b>	<b>69,5</b>	<b>506,6</b>
<b>2-ой ужин</b>					
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего</b>		<b>80,6</b>	<b>76,0</b>	<b>323,1</b>	<b>2340,0</b>

Шеф повар \_\_\_\_\_ М.С. Микунова