Согласовано
ООО «АЛЕКО»

Утверждаю
И.И. Макарова

Ежедневное меню на «01» 09 2025 год
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

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

МОУ Детский сад № 324

День 11

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Суп молочный с крупой (рисовой)	180	4,3	4,4	15,0	131,6
Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,2	15,4	92,9
Бутерброд с маслом	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7
Итого	**405**	**9,9**	**14,1**	**48,1**	**368,6**
2-ой завтрак					
Яблоки, фаршированные изюмом	110	0,7	0,5	31,9	137,0
Итого	**110**	**0,7**	**0,5**	**31,9**	**137,0**
Обед					
Помидоры свежие	50	0,6	0,0	1,2	6,8
Суп картофельный на м-к бульоне	180	2,4	2,1	13,9	85,7
Макаронник с мясом (говядина)	150	14,8	7,6	31,5	272,7
Соус томатный	30	0,4	1,4	2,0	24,5
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого	**670**	**23,9**	**11,8**	**105,8**	**648,7**
Уплотненный полдник					
Икра морковная	50	1,1	2,4	5,6	49,9
Котлета рубленная из птицы с соусом сметанным с томатом	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4
Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,4	143,9
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,2	17,6	82,9
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Итого	**602**	**23,6**	**24,6**	**98,6**	**724,1**
Всего		**58,1**	**51,0**	**284,4**	**1878,4**

Шеф-повар М.С. Микунова

Согласовано
ООО «АЛЕКО»

Утверждаю
И.И. Макарова

Ежедневное меню на «02» 09 2025 год
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 12

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
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
Итого	**435**	**13,2**	**11,6**	**73,5**	**457,4**
2-ой завтрак					
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед					
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 поклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого	**610**	**35,4**	**36,1**	**90,1**	**833,0**
Уплотненный полдник					
Икра кабачковая	50	1,0	4,5	3,9	59,5
Котлеты рыбные запеченные	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
Итого	**470**	**16,7**	**15,4**	**69,5**	**506,6**
Всего		**66,3**	**63,3**	**252,7**	**1880,4**

Шеф повар М.С. Микунова

ООО «Алеко»
ИНН 3443054280

Согласовано
ООО «АЛЕКО»

МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Саушинская, 9

Утверждаю
И.И. Макарова_____

МОУ Детский сад № 324

Ежедневное меню на «03» 09 2025 год
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 13

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Каша жидкая (пшеничная)	180	8,3	4,2	35,7	213,4
Чай с молоком	180	2,7	2,3	14,0	87,6
Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Итого	**415**	**13,3**	**10,2**	**77,1**	**457,7**
2-ой завтрак					
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед					
Огурец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5
Суп с макаронными изделиями на м-к бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
Тефтели с соусом (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
Капуста тушеная	130	2,9	4,9	12,5	106,9
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	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого	**720**	**21,9**	**20,1**	**89,2**	**636,7**
Уплотненный полдник					
Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6
Каша рассыпчатая с овощами	150	3,9	3,9	39,7	214,1
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Булочка веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9
Итого	**500**	**22,1**	**13,7**	**97,3**	**608,0**
Всего		**58,3**	**44,2**	**283,2**	**1785,8**

Шеф-повар_____ М.С. Микунова

Согласовано
ООО «АЛЕКО»

Утверждаю
И.И. Макарова

Ежедневное меню на «04» 09 2025 год
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 14

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого	**420**	**17,9**	**24,0**	**26,9**	**400,7**
2-ой завтрак					
Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед					
Помидоры свежие	50	0,6	0,0	1,2	6,8
Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне	180	2,0	3,7	8,8	78,5
Голубцы ленивые	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого	**640**	**19,6**	**16,6**	**69,6**	**516,3**
Уплотненный полдник					
Фрикадельки в соусе (говядина)	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4
Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Итого	**490**	**23,4**	**21,9**	**101,5**	**718,3**
Всего		**61,9**	**62,7**	**217,6**	**1818,7**

Шеф-повар М.С. Микунова

Согласовано
ООО «АЛЕКО»

Утверждаю
И.И. Макарова

Ежедневное меню на «05» 09 2025 год
Для детей дошкольный возраста (3-7 лет)

День 15

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Суп молочный с крупой (гречневой)	180	5,3	4,8	15,1	125,3
Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого	**430**	**13,7**	**11,4**	**52,8**	**369,6**
2-ой завтрак					
Фрукты свежие апельсин	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**
Обед					
Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
Суп с крупой на курином бульоне	180	2,2	1,9	12,9	78,0
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 пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого	**630**	**37,0**	**38,1**	**98,2**	**887,2**
Уплотненный полдник					
Котлеты рубленные	70	11,6	15,2	11,0	234,5
Рагу овощное	150	2,8	5,9	14,9	134,6
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого	**447**	**16,9**	**21,3**	**51,0**	**481,8**
Всего		**68,4**	**71,6**	**221,0**	**1829,8**

Шеф-повар М.С. Микунова