

Согласовано
ООО «АЛЕКО» 3054280
МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Сауна № 8

И.И. Макарова

Утверждаю

2025 год

Ежедневное меню на « 01 » 09
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
День 11					
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 свежий	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
Полдник					
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Итого	250	4,2	3,9	57,3	281,3
Ужин					
Икра морковная	50	1,1	2,4	5,6	49,9
Котлета рубленая 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
Итого	552	19,5	20,7	69,7	556,8
2-ой ужин					
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего		63,3	55,4	319,8	2084,9

Шеф-повар

М.С. Микунова

Согласовано
 ООО «АЛЕКО»
 ИНН 3443054280
 МДОУ Детский сад № 324
 КРА ул. Саушинская

И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на « 02 » 09 2025 год
 Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

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 пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого	630	36,9	36,2	99,8	879,0
Полдник					
Печенье	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Какао с молоком	200	3,9	3,3	16,5	112,6
Итого	250	7,7	8,2	53,7	321,1
Ужин					
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
Итого	470	16,7	15,4	69,5	506,6
2-ой ужин					
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего		80,6	76,0	323,1	2340,0

Шеф повар  М.С. Микунова

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

И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на « 03 » 09 2025 год
 Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

Наименование блюда	День 13 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
Полдник					
Булочка веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9
Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	20,1	98,1
Итого	250	4,7	3,3	49,7	259,0
Ужин					
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
Итого	450	18,1	10,7	67,7	447,1
2-ой ужин					
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего		64,1	48,9	310,3	1976,4

Шеф-повар

М.С. Микунова



Утверждаю

И.И. Макарова

2025 год

Ежедневное меню на « 04 » 09
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

Детский сад № 324

День 14

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 свежий	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	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
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	660	20,0	17,4	71,0	533,3
Полдник					
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого	250	4,2	3,9	38,7	206,7
Ужин					
Икра морковная	50	1,1	2,4	5,6	49,9
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
Итого	490	20,4	20,4	78,2	600,9
2-ой ужин					
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего		68,6	70,3	241,4	1917,5

Шеф-повар

М.С. Микунова



И.И. Макарова

Ежедневное меню на « 05 » 09 2025 год
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

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
Полдник					
Булочка веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9
Чай с молоком	200	3,0	2,5	15,6	97,3
Итого	250	7,0	5,5	45,2	258,2
Ужин					
Котлеты рубленые	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	35	2,7	0,2	17,6	82,9
Итого	452	17,3	21,3	53,5	493,7
2-ой ужин					
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего		80,9	81,5	275,7	2192,4

Шеф-повар _____ М.С. Микунова