



И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на « 06 » 10

2025 год

Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 16

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Каша жидкая (пшеничная)	180	8,3	4,2	35,7	213,4
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого	455	15,2	10,9	90,5	525,6
2-ой завтрак					
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед					
Огурец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	180	2,0	3,6	7,2	70,2
Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Печенье шоколадное	30	2,3	2,9	22,3	125,1
Итого	630	21,7	20,6	76,1	580,7
Уплотненный полдник					
Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6
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	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Итого	490	21,8	14,6	80,4	548,4
Всего		59,5	46,9	266,0	1745,9

Шеф-повар

М.С. Микунова

Согласовано
ООО «АЛЕКО»
ИД № 343054280
МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Сауштинский, 9

И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на « 07 » 10
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 17

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Каша вязкая рисовая	180	2,7	7,2	28,4	196,2
Чай с молоком	180	2,7	2,3	14,0	87,6
Бутерброд с сыром	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
Итого	405	9,8	16,2	57,0	425,4
2-ой завтрак					
Сок яблочный-абрикосовый	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
Борщ на м/к бульоне со сметаной	180/5	1,3	4,3	7,1	76,6
Фрикадельки в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
Макаронные изделия отварные	130	4,9	4,4	31,1	188,4
Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
Хлеб поклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого	685	21,2	24,6	93,7	696,6
Уплотненный полдник					
Запеканка из творога с соусом	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
кефир	200	5,6	4,9	7,8	102,8
батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого	480	36,7	27,4	58,5	647,3
Всего		68,7	68,4	228,8	1852,7
Шеф повар М.С. Микунца					

Шеф повар

М.С. Микунова

ООО «Алеко»
ИНН 3443054280
Согласовано
ООО «АЛЕКО»
КРА ул. Саушинская, 9

Утверждаю
И.И. Макарова

Ежедневное меню на « 08 » 10 2025 год
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)



День 18					
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
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
Итого	400	12,1	9,2	51,2	337,0
2-ой завтрак					
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого	400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед					
Салат из свеклы	50	0,7	2,9	4,1	45,6
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
Итого	610	37,9	38,5	85,8	848,2
Уплотненный полдник					
Тефтели с соусом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
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	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого	467	14,8	18,4	45,6	427,6
Всего		66,6	67,1	221,2	1787,4

Шеф повар _____ М.С. Микунова

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

И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на « 09 » 10 2025 год
 Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

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 молоком	200	3,0	2,5	15,6	97,3	
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
Итого	430	21,6	26,8	37,8	484,8	
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						
Огурец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	2,7	2,0	15,2	90,0	
Птица тушеная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	
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	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого	670	23,9	16,4	88,4	599,9	
Уплотненный полдник						
Котлеты рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5	
Каша с овощами гречневая	150	8,1	5,6	36,9	234,4	
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	22,1	21,0	72,8	579,3	
Всего		68,6	64,4	218,8	1807,4	

Шеф-повар  М.С. Микунова

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

И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на « 10 » 10 2025 год

Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 20

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Каша жидкая пшеничная	180	8,3	4,2	35,7	213,4
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого	430	15,2	8,1	78,5	447,5
2-ой завтрак					
яблоко	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед					
Икра кабачковая	50	1,0	4,5	3,9	59,5
Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне	180	2,0	3,7	8,8	78,5
Котлеты рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5
Макаронные изделия отварные	130	4,9	4,4	31,1	188,4
Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
Хлеб поклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого	680	24,5	28,4	112,6	816,1
Уплотненный полдник					
Помидоры соленые	50	0,6	0,0	1,2	6,8
Фрикадельки вкусняшка с соусом	140/50	12,2	13,5	23,5	290,3
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	470	15,2	14,0	49,6	407,5
Всего		55,7	51,3	259,7	1762,3

Шеф повар

М.С. Микунова