

Согласовано

ООО «АЛЕКО»

ИНН 3443054280

МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Саушинская 9

И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на « 22 »

2025 год

Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

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 соленые	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 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
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»
ИНН 3443054280
МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Саушинская, 9

И.И. Макарова

Утверждаю

2025 год

Детский сад
№ 324

Ежедневное меню на « 23 »
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)



Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
День 12					
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					

Шеф повар

М.С. Микунова

Согласовано
ООО «АЛЕКО»
ИНН 3448017210
МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Саушинская, 9

И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на « 24 » 12 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 соленый	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» 54280
МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Сауш

И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на « 25 » 12
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

2025 год

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
День 14					
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 соленные	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

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 « 26 » 12 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 яблоко	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 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	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

Согласовано
ООО «АЛЕКО»
ИНН 34/3054280
МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Саушинская, 9

И.И. Макарова

Утверждаю

2025 год

Ежедневное меню на « 29 » 12
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 соленый	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»

ИНН 3443054280

МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Саушинская

И.И. Макарова

Утверждаю

2025 год

Ежедневное меню на « 30 »
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)



День 17

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. Микунова