

Согласовано
ООО «АЛЕКО»
ИНН 3443054280

МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Саушинская

И.И. Макарова

Утверждаю

2025 год

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



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 соленные	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, 4

И.И. Макарова

Утверждаю

Ежедневное меню на «23»
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

2025 год



Наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
			Б	Ж	У	
2025 год № 324						
Дневного возраста (3-7 лет) (24 часа)						
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 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						
Итого	180	80,6	76,0	323,1	2340,0	
Шеф повар _____ М.С. Микунова						

Шеф повар

[Signature]

М.С. Микунова

Согласовано
ООО «АЛЕКО»
ИНН 34-0804280
МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Саушинская

И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на «24» 12 2025 год
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

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
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

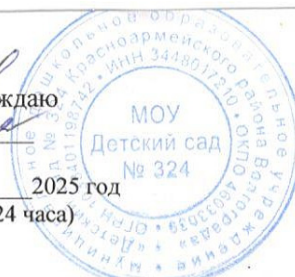
Согласовано

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

И.И. Макарова

Утверждаю

2025 год

Ежедневное меню на « 25 » 12
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

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 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	140/50	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

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

И.И. Макарова

Утверждаю



Ежедневное меню на « 26 » 12 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 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 пеклеваный	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

Согласовано
ООО «АЛЕКО» 054280
МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Сауши

И.И. Макарова

Утверждаю

2025 год

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

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
Полдник					
Печенье шоколадное	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого	250	3,9	4,9	47,0	247,9
Ужин					
Запеканка из творога с соусом	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
кефир	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
батон	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого	452	31,7	22,6	63,2	599,3
2-ой ужин					
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего		72,7	72,9	287,5	2145,1

Шеф повар

М.С. Микнунова

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 «29» 12 2025 год
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет) (24 часа)

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		
Итого	600	19,4	17,7	53,8	455,6		
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							
Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6		
Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,4	143,9		
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4		
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого	460	18,1	11,4	54,4	400,6		
2-ой ужин							
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Итого	180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего		62,8	49,1	282,0	1846,8		

Шеф-повар

М.С. Микунова