

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

И.И. Макарова

Утверждаю

Ежедневное меню на «27»
 Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

2026 год

День 1

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
Чай с молоком	200	3,0	2,5	15,6	97,3
Бутерброд с маслом	35/10	2,4	7,5	15,2	145,8
Итого	420	9,7	14,4	45,8	374,7
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					
Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1
Суп с макаронными изделиями м-к бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
Жаркое по домашнему	150	17,8	16,7	15,6	287,3
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	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого	650	27,7	21,8	89,9	673,1
Уплотненный полдник					
Тефтели с соусом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
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	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Итого	530	21,0	20,5	93,3	654,8
Всего		59,4	56,9	268,8	1802,40

Шеф-повар

М.С. Микунова

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

Утверждено

Ежедневное меню на « 28 »

2026 год

Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 2

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Каша жидкая (геркулесовая)	180	7,8	5,5	29,0	197,6
Чай с сахаром	190/10	0,1	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	420	12,1	9,2	51,2	337,0
2-ой завтрак					
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
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	2,3	2,1	13,9	85,2
Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
Кисель из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	66,0
Хлеб поклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	48,0
Итого	610	37,9	38,5	85,8	848,2
Уплотненный полдник					
Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6
Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,1	23,8	148,3
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Печенье шоколадное	20	1,5	2,0	14,9	83,4
ИТОГО	487	20,2	13,0	76,9	514,4
Всего		72,0	61,7	252,5	1874,2

Шеф повар

М.С. Микунова

Согласовано

ООО «АЛЕКО»

ООО «Алеко»

ИНН 3443054280

МДОУ Детский сад № 324

КРА ул. Саушинская, 9

И.И. Макарова

Утверждаю

2026 год

Ежедневное меню на « 29 » 07

Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 3

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Каша жидкая манная	180	7,3	4,2	31,4	191,3
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Яйца вареные	64	5,5	5	0,3	68,6
Итого	445	14,4	9,8	51,8	351,7
2-ой завтрак					
Сок яблочно-абрикосовый	200	1,2	0,2	19,6	83,4
Итого	200	1,2	0,2	19,6	83,4
Обед					
Огурец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5
Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне со сметаной	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
Запеканка картофельная с мясом	150	10,0	6,8	25,3	215,8
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого	647	16,4	12,5	72,1	487,1
Уплотненный полдник					
Пюре из свеклы	60	1,0	1,9	6,2	47,8
Котлеты рубленые с соусом	70/30	12,0	16,4	12,7	257,0
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	130	7,0	4,8	32,0	208,5
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	137,8
Булочка веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9
Итого	580	28,5	26,6	130,6	898,0
Итого		60,3	49,1	274,1	1820,2

Шеф-повар

М.С. Микунова



И.И. Макарова

Утверждаю

Ежедневное меню на « 30 » 07 2026 год
Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 4					
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Суп молочный с гречневой крупой	180	5,3	4,8	15,1	125,3
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Бутерброд с сыром	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3
Яблоко	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого	637	12,7	13,7	63,6	440,5
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	60	0,7	0,0	1,4	8,1
Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	180	4,7	3,9	13,6	110,3
Тефтели с соусом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
Макаронные изделия	130	4,9	4,4	31,1	188,4
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	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого	730	24,7	21,2	99,3	701,6
Уплотненный полдник					
Котлета рубленая из птицы	70	11,5	11,6	11,5	197,9
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	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Булочка веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9
Итого	500	22,1	18,8	94,5	641,0
Всего		60,5	53,9	277,0	1865,5

Шеф-повар

М.С. Микунова

Согласовано
ООО «АЛЕКО»
ИД № 43054280
МДОУ Детский сад № 324
КРА ул. Саушinskaya, 9

И.И. Макарова

Утверждаю

Ежедневное меню на « 31 »

2026 год

Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 5

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