

ООО «Алеко»
ИНН 3443054280

Согласовано
ООО «АЛЕКО»

Детский сад № 324
Саушинская, 9

И.И. Макарова

Утверждаю

2026 год

Ежедневное меню на «28» 09

Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 6

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 лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого	417	12,1	8,1	56,8	348,0
2-ой завтрак					
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
Суп с макаронными изделиями на м-к бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
Голубцы ленивые	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9
Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого	720	23,4	16,0	90,6	612,4
Уплотненный полдник					
Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3
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
Печенье	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого	437	24,9	22,1	88,3	659,3
Итого		58,6	49,0	237,7	1749,6

Шеф-повар

М.С. Микунова

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

И.И. Макарова



Ежедневное меню на « 29 » 2026 год
 Для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

День 7					
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	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого	430	18,7	24,3	32,0	426,9
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	50	0,6	0,0	1,2	6,8
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6
Макаронник с мясом (говядина) с соусом томатным	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого	655	25,1	15,8	85,4	606,2
Уплотненный полдник					
Тефтели с соусом	70	10,3	12,4	11,0	205,3
Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4
Чай с молоком	200	3,0	2,5	15,6	97,3
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Печенье шоколадное	20	1,4	6,3	11,3	107,1
Итого	500	20,1	26,0	74,2	624,1
Всего		64,9	66,3	211,2	1740,6

Шеф-повар М.С. Микунова

ООО «Алеко»
ИНН 3443054280
Согласовано _____
ООО «АЛЕКО» Шушинская, 9

И.И. Макарова



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

День 8

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 лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого	417	12,1	8,1	56,8	348,0
2-ой завтрак					
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
Суп с макаронными изделиями на м-к бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
Голубцы ленивые	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9
Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого					
Уплотненный полдник					
Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3
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
Печенье шоколадное	20	1,4	6,3	11,3	107,1
Итого	437	24,9	22,1	88,3	659,3
Всего		58,6	49,0	237,7	1749,6

Шеф-повар _____

М.С. Микунова