



Перспективное сезонное (зима – весна) недельное меню

№	Завтрак		Завтрак-II	Обед		Полдник		Ужин	
1-ый день	1.Каша ячневая молочная с маслом 2.Кофейный напиток с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	200 200 35 5 5	Фрукты -130	1.Щи на м/б со сметаной (после термической обработ.) 2.Плов из курицы 3. Компот из свежих фруктов 4.Салат овощной (свекла,дыблоко) на растительном масле 5.Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржаной	200 200 200 60 20 40	1.Молоко кипяченное 3.2% 2.Печенье	200 10	1.Макаронны отварные 2.Чай сладкий 3.Хлеб пшеничный	200 200 25
2-ой день	1.Каша манная молочная с маслом. 2 Чай сладкий с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное	200 200 35 5	Фрукты- 130	1.Свекольник на м/б со сметаной 2.Жаркое с мясом 3.Компот из сухофруктов 4.Салат из свежих овощей (свежие огурцы, помидоры) на растительном масле 5.Хлеб пшеничный 6.Хлеб ржаной	200 200 200 60 45 40	1. Молоко кипяченное 3,2% 2 Вафли	200	1.Творожное печенье 2. Кофейный напиток	200 200
3-ий день	1.Каша кукурузная молочная с маслом сливочным. 2.Кофейный напиток с молоком. 3.Батон 4.Масло сливочное. 5.Яйцо отварное	200 200 35 5 40	Фрукты -130	1.Суп с клецками на м/б 2.Бигус с мясом 3.Компот из сухофруктов 4.Салат овощной (морковь ,чеснок) на растительном масле 5.Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржаной.	200 200 200 60 20 40	1. Сладкая ряженка 2.Печенье	200 10	1.Сладкий плов (изюм,курага) 2.Чай сладкий. 3.Хлеб пшеничный.	200 200 25
4-ый день	1.Каша пшеничная молочная с маслом 2.Кофейный напиток с молоком. 3.Батон 4.Масло сливочное	200 200 35 5	Фрукты- 130	1.Суп -Харчо на м/б 2.Расстегай духовой с мясом 4.Салат овощной (капуста , морковь,чеснок) на растительном масле 5.Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной	200 180 60 200 40	1. Молоко кипяченное 2 Печенье	200 10	1.Котлета рыбная духовая,томатн ый подлив 2.Чай сладкий с лимоном 3.Хлеб пшеничный	80- 20 200 45
5-ый день	1.Каша овсянная молочная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток с молоком 3.Батон 4.Масло сливочные	200 200 35 5	Фрукты- 130	1.Суп фасолевый на м/б (после термической обработки) 2.Зразы мясные с яйцом 3.Компот из сухофруктов 4.Салат овощной (свежий помидор ,огурей) на растительном масле 5.Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржаной	200 180 200 60 45 40	1. Молоко кипяченное 2 Вафли	200	1 Пирожок духовой с картошкой 2.Чай сладкий	150 200



«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. заведующей ГККП
«Детский сад «Достык»
Альжанова Р.Н

Перспективное сезонное (зима- весна) двухнедельное меню

№	Завтрак		Завтрак-II	Обед		Полдник		Ужин	
6-ой день	1.Каша геркулесовая молочная маслом сливочным	200	Фрукты 130	1.Свекольник на мк/б со сметаной (после термической обработки)	200	1.Молоко кипяченое 3,2%	200	1.Овощи рагу	200
	2.Кофейный напиток с молоком	200		2.Плов с мясом	200	2.Вафли	10	2.Чай сладкий с молоком	200
	3.Батон	35		3.Кисель фруктовый	200			3.Хлеб пшеничный	25
	4.Масло сливочное	5		4.Салат морковный на растительном масле	60				
				5.Хлеб пшеничный	20				
				6.Хлеб ржаной	40				
7-ой день	1.Каша ячневая молочная с маслом сливочным.	200	Фрукты 130	1.Суп гороховый на мк/б	200	1.Молоко кипяченое 3,2%	200	1.Ватрушка духовая с творогом	80
	2.Чай сладкий с молоком	200		2.Котлеты (биточки) с гречневым гарниром, томатный подлив	80	2.Печенье	10	2.Кофейный напиток.	200
	3.Батон	35		3.Компот из сух/фруктов	120				
	4.Масло сливочное	5		4.Салат овощной (свежие огурцы, морковь, капуста) на растител.масле	200				
				5.Хлеб пшеничный	60				
				6.Хлеб ржаной	45				
					40				
8-ой день	1.Каша «Дружба» (пшено, рис, гречка) молочная с маслом сливочным	200	Фрукты 130	1.Рассольник на мк/б со сметаной (после термической обработки)	200	1.Сладкая ряженка 4%	200	1.Макароны отварные	200
	2.Кофейный напиток с молоком.	200		2.Бигус с мясом	200			2.Чай сладкий.	200
	3.Батон	35		3.Компот из сухофруктов	200			3.Хлеб пшеничный.	25
	4.Масло сливочное.	5		4.Нарезка из свежих овощей (огурцы, помидоры)	60				
				5.Хлеб пшеничный	20				
				6.Хлеб ржаной.	40				
9-ый день	1.Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	Фрукты 130	1.Суп фасолевый на мк/б	200	1.Молоко кипяченое 3,2%	200	1.Суп с мясными фрикадельками	200
	2.Кофейный напиток с молоком.	200		2.Пирог рыбный	180	2.Печенье	10	2.Чай сладкий с лимоном	200
	3.Батон	35		3.Напиток лимонный	200			3.Хлеб пшеничный	25
	4.Масло сливочное	5		4.Салат овощной (морковь, чеснок) на растительном масле	60				
				5.Хлеб пшеничный	20				
				6.Хлеб ржаной	40				
10-ый день	1.Каша пшениная молочная с маслом сливочным	200	Фрукты 130	1.Борщ на мк/б со сметаной (после термической обработки)	200	1.Сладкая ряженка 4%	200	1.Картофельное пюре с маслом	200
	2.Кофейный напиток с молоком	200		2.Хинкали (Манты)	200			2.Чай сладкий	200
	3.Батон	35		3.Компот из сухофруктов	200			3.Хлеб пшеничный	25
	4.Масло сливочные	5		4.Салат «Случ» (свекла, чеснок) на растительном масле	60				
	5.Сыр	5		5.Хлеб пшеничный	20				
				6.Хлеб ржаной	40				