

Утверждаю  
Заведующая КГКП «Ясли- сада №4  
отдела образования города  
Костаная» Управление образования  
Актата Костанайской области  
..... Кубекова А.К.



Перспективное меню двухнедельное

Осень-има 28.02. по 31.03.2022 год

|         | понедельник                                                                                                      | вторник                                                                                                                                                                           | среда                                                                                                     | четверг                                                                                                                                          | пятница                                                                                              |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| завтрак | Каша молочная геркулесовая<br>Какао с молоком, сахаром<br>Плетенка с маком,<br>масло сливочное.                  | Каша молочная полтавка<br>Кофейный напиток с<br>молоком, сахаром.<br>Батон, масло сливочное                                                                                       | Суп молочный рисовый<br>Какао с молоком, сахаром<br>Плетенка с маком, масло<br>сливочное.                 | Каша молочная манная<br>Кофейный напиток с молоком,<br>сахаром.<br>Батон, масло сливочное.                                                       | Каша молочная кукурузная<br>Какао с молоком, сахаром<br>Плетенка с маком,<br>масло сливочное.<br>Сыр |
| 10.00   | Сок натуральный.                                                                                                 | Фрукты                                                                                                                                                                            | Фрукты                                                                                                    | Сок натуральный                                                                                                                                  | Сок натуральный                                                                                      |
| обед    | Салат овощной<br>Суп харчо<br>Гуляш из гречки с мясом<br>курицы<br>Компот из с/фруктов<br>хлеб ржаной, пшеничный | Салат из свежих огурцов и<br>помидор<br>Суп крестьянский с крупой<br>(геркулес)<br>Ежики в томатном соусе с<br>тушенной капустой<br>Компот из с/фруктов<br>хлеб ржаной, пшеничный | Салат из моркови с<br>яблоком<br>Суп гороховый<br>Жаркое по домашнему<br>Кисель<br>Хлеб ржаной, пшеничный | Салат из капусты с морковью<br>Свекольник со сметаной<br>Азу из курицы<br>Гарнир перловая крупа<br>Компот из с/фруктов<br>Хлеб ржаной, пшеничный | Салат Чиполино<br>Суп из овощей<br>Мясо по-казахски<br>Кисель<br>Хлеб ржаной, пшеничный              |
| Полдник | Кефир<br>бублик                                                                                                  | Кисель<br>печенье                                                                                                                                                                 | Ряженка<br>Пирожок с (капустой,<br>морковью, картофелем)                                                  | Кисель<br>печенье                                                                                                                                | Молоко<br>булочка                                                                                    |
| ужин    | Солянка овощная<br>Чай с конфетой<br>Хлеб ржаной, пшеничный                                                      | Сырники творожные с<br>молочным соусом<br>Чай с сахаром<br>Хлеб ржаной, пшеничный                                                                                                 | Рожки с сыром<br>Чай с сахаром<br>Хлеб ржаной, пшеничный                                                  | Рыба по-польски<br>Чай с сахаром и лимоном<br>Хлеб ржаной, пшеничный                                                                             | Манник со сгущенным молоком<br>чай с сахаром.<br>Хлеб ржаной, пшеничный                              |

|         | Понедельник                                                                                                            | вторник                                                                                                               | среда                                                                                                                                        | четверг                                                                                                                                                                                  | пятница                                                                                                                                            |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| завтрак | Суп молочный пшенный.<br>Какао с молоком, сахаром.<br>Плетёнка с маком,<br>масло сливочное.                            | Каша молочная ячневая<br>Кофейный напиток<br>Батон,<br>масло сливочное.                                               | Омлет с сыром<br>Какао с молоком с сахаром.<br>Плетёнка с маком,<br>масло сливочное.                                                         | Каша молочная кукурузная<br>Кофейный напиток<br>Батон,<br>масло сливочное.                                                                                                               | Суп молочный<br>вермишелевый<br>Какао с молоком,<br>сахаром.<br>Плетёнка с маком, масло<br>сливочное                                               |
| 10.00   | Сок натуральный                                                                                                        | фрукты                                                                                                                | фрукты                                                                                                                                       | Сок натуральный                                                                                                                                                                          | Сок натуральный                                                                                                                                    |
| Обед    | Салат из свеклы с морковью<br>Щи со сметаной<br>Гуляш из курицы с гречкой<br>Компот из ягод.<br>Хлеб ржаной, пшеничный | Салат из помидор<br>Рассольник со сметаной<br>Бигос с мясом говядины<br>Компот из с/фруктов<br>Хлеб ржаной, пшеничный | Салат из свеклы с<br>кукурузкой<br>Суп картофельный с<br>гренками.<br>Плов с мясом говядины<br>Компот из с/фруктов<br>Хлеб ржаной, пшеничный | Салат из консервированных<br>огурцов с зеленым горошком<br>Борщ со сметаной<br>Бефстроганов с говяжьим<br>сердцем с гречневой крупой<br>Компот из с/фруктов<br>Хлеб<br>ржаной, пшеничный | Салат морковный с<br>чесноком<br>Суп с рубленым яйцом<br>Котлеты из говядины<br>Гороховое пюре<br>Компот из с/фруктов<br>Хлеб ржаной,<br>пшеничный |
| Полдник | Снежок<br>булочка                                                                                                      | Кисель<br>печенье                                                                                                     | Молоко<br>Пирожок с повидлом                                                                                                                 | Кисель<br>пряник                                                                                                                                                                         | Кефир<br>печенье                                                                                                                                   |
| ужин    | Розовое пюре<br>Чай с конфеткой                                                                                        | Морковно-творожная<br>запеканка с молочным соусом<br>Чай с сахаром                                                    | Суп молочный геркулесовый<br>Чай с сахаром                                                                                                   | Рыбные тефтели с<br>картофельным пюре<br>Чай с сахаром и лимоном                                                                                                                         | Сложный гарнир<br>Чай с сахаром                                                                                                                    |
|         | Хлеб пшеничный,<br>ржаной                                                                                              | Хлеб пшеничный,<br>ржаной                                                                                             | Хлеб пшеничный, ржаной                                                                                                                       | Хлеб пшеничный, ржаной                                                                                                                                                                   | Хлеб пшеничный,<br>ржаной                                                                                                                          |