Перспективное меню лето-осень КГКП ДДУ ясли-сад «Балакай» Утверждаю

 Директор КГКП ДДУ ясли-сад «Балакай»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Мухаметжанова З.К.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 день понедельник** | **2 день вторник** | **3 день среда** |
| **ЗАВТРАК** | **ЯСЛИ** | **3-6** | **ЗАВТРАК** | **ЯСЛИ** | **3-6** | **ЗАВТРАК** | **ЯСЛИ** | **3-6** |
| Каша молочная манная/рисовая | 180 | 250 | Каша пшенная молочная  | 170 | 250 | Каша «Дружба»молочная | 170 | 250 |
| Хлеб с маслом,сыр | 20/46 | 30/610 | Хлеб с маслом,сыр | 20/46 | 30/610 | Хлеб с маслом,сыр | 20/46 | 30/610 |
| Цикорий с молоком | 160 | 200 | Какао с молоком | 160 | 200 | Чай с молоком | 170 | 200 |
| **10,00.** **Сок/** Фрукты/ягоды |  |  | **10,00.** **Сок/** Фрукты/ягоды | 90 | 60 | **10,00.** **Сок/** Фрукты/ягоды | 90 | 60 |
| **Обед**Салат из свежей капусты на раст. масле/Салат из свежих огурцов на раст. масле с чесноком | 40 | 50 | **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ (Балхаш) / Салат с помидорами на растительном масле с чесноком (Балхаш)** | 40 | 50 | Помидор свежий (Балхаш) / Салат из свежих огурцов на растительном масле с чесноком (Балхаш) | 40 | 50 |
| Суп «Лапша» на кур/б | 150 | 200 | Борщ на к/б со сметаной | 150 | 200 | Суп чечевичный на костном бульоне (Балхаш) | 150 | 200 |
| Котлета куриная/мясная.,гречка отварная с том соусом | 60/100 | 80/120 | Тефтели мясные с соусом/**Гуляш мясной**Отварные рожки | 60/40100 | 80/55120 | Азу по татарски | 160 | 180 |
| Кисель (Балхаш) / Компот Ассорти (Балхаш) / Компот из свежих фруктов (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш) | 150 | 150 | Кисель (Балхаш) / Компот Ассорти (Балхаш) / Компот из свежих фруктов (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш) | 150 | 150 | Кисель (Балхаш) / Компот Ассорти (Балхаш) / Компот из свежих фруктов (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш) | 150 | 150 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 | Хлеб ржаной | 25 | 40 | Хлеб ржаной | 25 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 20 | Хлеб пшеничный | 15 | 20 | Хлеб пшеничный | 15 | 20 |
| **Ужин****Овощное рагу****Помидор свежий** | 15040 | 20050 | **Ужин****Омлет****Салат из свежей капусты и моркови** |  10040 | 12050 | УжинЗапеканка твороженная с повидлом/сгущ.молоком/Суп молочный вермишелевый |  150180 | 180220 |
| Хлеб пшеничный  | 15 | 20 | Молоко | 180 | 180 | Кисломолочный напиток | 200 | 200 |
| Кисломолочный продукт | 200 | 200 | Хлеб пшеничный  | 15 | 20 | Хлеб пшеничный  | 15 | 20 |
| Печенье/Вафля | 25/30 | 25/30 | Вафля/ печенье | 25 | 30 |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **4 день** | **5 день** | **6 день** |
| **ЗАВТРАК** | **ЯСЛИ** | **3-6** | **ЗАВТРАК** | **ЯСЛИ** | **3-6** | **ЗАВТРАК** | **ЯСЛИ** | **3-6** |
| Каша молочная овсяная | 170 | 250 | Каша ячневая молочная  | 170 | 250 | Каша пшеничная молочная | 180 | 250 |
| Хлеб с маслом | 20/4 | 30/6 | Хлеб с маслом,сыром | 20/4 | 30/6 | Хлеб с маслом,сыр | 20/46 | 30/610 |
| Цикорий с молоком | 170 | 200 | Какао с молоком | 170 | 200 | Цикорий с молоком | 170 | 200 |
| **10,00.** **Сок/** Фрукты/ягоды | 90 | 60 | **10,00.** **Сок/** Фрукты/ягоды | 90 | 60 | **10,00.** **Сок/** Фрукты/ягоды | 90 | 60 |
| Салат морковный на растительном масле (Балхаш) | 40 | 50 | **Обед**Салат из свеклы с яблоками | 40 | 50 | Салат из свежих огурцов на растительном масле с чесноком / Салат из свежих помидоров на растительном масле  | 40 | 50 |
| Суп «Рассольник» на костном бульоне со сметаной  | 150 | 200 | Суп гороховый  | 150 | 200 | Суп с клецками на к/б | 150 | 200 |
| Гуляш мясной / Котлеты мясные с соусом / Отварной рис / Отварная гречка с маслом  |  40 60 110 | 5570120 | Картофельная запеканка с мясом с соусом (Балхаш) | 170 | 200 | Овощи тушенные с куринным мясом | 170 | 180 |
| Кисель (Балхаш) / Компот Ассорти (Балхаш) / Компот из свежих фруктов (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш) | 150 | 150 | Кисель / Компот Ассорти / Компот из свежих фруктов / Компот из сухофруктов  | 150 | 150 | Кисель с витамином «С» | 150 | 150 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 | Хлеб ржаной | 20 | 40 | Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 20 | Хлеб пшеничный | 15 | 20 | Хлеб пшеничный | 15 | 20 |
| **Ужин**ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ | 120 | 160 | **Ужин**Суп рыбный сВафля / Печенье / Рогалики с повидлом/сгущенным молоком  |  1802550 | 2002560 | Ужин : Суп молочный с пшенной / гречневой крупой ( | 16050 | 20060 |
| Хлеб пшеничный  | 15 | 20 | Чай с молоком | 180 | 200 | Молоко | 180 | 180 |
| Кисломолочный продукт | 180 | 200 | Хлеб пшеничный  | 15 | 20 | Хлеб пшеничный  | 15 | 20 |
| Печенье/Вафля | 25/30 | 25/30 | Рогалик с повидлом/сг.молоком | 50 | 60 | Сырники твороженные | 50 | 60 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **7день** | **8 день** | **9 день** |
| **ЗАВТРАК** | **ЯСЛИ** | **3-6** | **ЗАВТРАК** | **ЯСЛИ** | **3-6** | **ЗАВТРАК** | **ЯСЛИ** | **3-6** |
| Каша молочая кукурузная | 170 | 250 | Каша «Дружба» молочная  | 170 | 250 | Суп молочный гречневый (Балхаш) | 170 | 250 |
| Хлеб с маслом | 20/4 | 30/6 | Хлеб с маслом с сыром | 20/4\*6 | 30/6/10 | Хлеб с маслом | 20/4 | 30/61 |
| Цикорий с молоком/Чай с молоком | 160 | 200 | Какао с молоком | 170 | 200 | Чай с молоком | 170 | 200 |
| **10,00.** **Сок/** Фрукты/ягоды | 90 | 60 | **10,00.** **Сок/** Фрукты/ягоды | 90 | 60 | **10,00.** **Сок/** Фрукты/ягоды | 90 | 60 |
| **Обед**Салат из свежих помидор на раст. масле/Салат из свеклы на р. Масле с чесноком | 40 | 50 | **Обед**Салат из свежих огурцов на раст. масле | 40 | 50 | **Обед**Салат «Витамин» /Свежий огурец/Свежий помидор | 40 | 50 |
| Суп овощной на к/б со сметаной | 150 | 200 | Суп «Волна» на к/б  | 150 | 200 | Щи из свежей капустына к/б со сметаной  | 150 | 200 |
| Плов с мясом | 150 | 180 |  Биточки мясные/Гуляш Отварные рожки с маслом | 60100 | 70120 | Зразы мясные с яйцом илуком с картофельным пюре | 60110 | 70120 |
| Компот из с/ф с витамином «С»/Кисель с вит «С» | 150 | 150 | Компот из с/ф с витамином «С» | 150 | 150 | Кисель с витамином «С» | 150 | 150 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 | Хлеб ржаной | 20 | 40 | Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 20 | Хлеб пшеничный | 15 | 20 | Хлеб пшеничный | 15 | 20 |
| **Ужин****Картофельное пюре****Свежий огурец** | 11040 | 12050 | Суп на костном бульоне бульоне с гречневой крупой (Балхаш) / Суп рыбный с фрикадельками (Балхаш) | 150 | 200 | Ужин : Сладкий плов с изюмом  |  160 |  180 |
| Хлеб пшеничный  | 15 | 20 | Кисломолочный напиток | 180 | 200 | Кисломолочный продукт | 180 | 180 |
| Кисломолочный продукт | 180 | 200 | Хлеб пшеничный  | 15 | 20 | Хлеб пшеничный  | 15 | 20 |
|   |   |   |  Вафля (Балхаш) / Печенье (Балхаш) |  25 | 30  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **10 день** |
| **ЗАВТРАК** | **ЯСЛИ** | **3-6** |
| Каша молочая рисовая**/ ячневая** | 170 | 250 |
| Хлеб с маслом с сыром | 20/4/6 | 30/6/10 |
| Цикорий с молоком | 160 | 200 |
| **10,00.** **Сок/** Фрукты/ягоды | 90 | 60 |
| **Обед**Салат из свежей капусты на расти. масле  | 40 | 50 |
| Свекольник на к/б со сметаной  | 150 | 200 |
| Гуляш мясной/котлета мяснаяОтварные рожки/отварная гречка | 40/60100 | 55/80120 |
| Компот из с/ф с витамином «С» | 150 | 150 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 20 |
| Омлет (Балхаш)Свежий помидор | 110 40 | 120 50 |
| Хлеб пшеничный  | 15 | 20 |
| Чай с молоком | 150 | 200 |
| Кисломолочный напиток | 200 | 200 |