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 | 20/4  6 | 30/6  10 | Хлеб с маслом,сыр | 20/4  6 | 30/6  10 | Хлеб с маслом,сыр | 20/4  6 | 30/6  10 |
| 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/  40  100 | 80  /55  120 | 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** | 150  40 | 200  50 | **Ужин**  **Омлет**  **Салат из свежей капусты и моркови** | 100  40 | 120  50 | Ужин  Запеканка твороженная с повидлом/сгущ.молоком/Суп молочный вермишелевый | 150  180 | 180  220 |
| 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 | 20/4  6 | 30/6  10 |
| 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 | 55  70  120 | 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 с  Вафля / Печенье / Рогалики с повидлом/сгущенным молоком | 180  25  50 | 200  25  60 | Ужин : Суп молочный с пшенной / гречневой крупой ( | 160  50 | 200  60 |
| 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 | 30/6  1 |
| 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 | 60  100 | 70  120 | Зразы мясные с яйцом илуком  с картофельным пюре | 60  110 | 70  120 |
| 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** | 110  40 | 120  50 | 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 мясная  Отварные рожки/отварная гречка | 40/60  100 | 55/80  120 |
| 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 |