

23.06.2023, 16:24

<https://nutrition-kargoo.e-orda.kz/ru/menu-organization/print?id=20089&mode=menu-only>

01-91: ЭТАЛОННОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ, АВТОРСКИЙ КОЛЛЕКТИВ ГБАЛХАШ

91

Сезон: Летнее, Осеннее

Режим питания: 10,5 ч.

Документ выгружен: 16:24:21
23.06.2023, ИБЫШЕВА ГУЛЬНАР
ТУРЕМУРАТОВНА Ясли-сад "Айгөлек"



СПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

№	Прием пищи	Описание блюда	№ техн. карты	Норма выхода продукции, гр.		
				2-3 года	3-6 лет	
1 ДЕНЬ 1						
1	Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным (Балхаш) / Каша рисовая молочная (Балхаш)	31524 / 10772	180 / 180	250 / 250	
		Бутерброд со сливочным маслом и сыром (Балхаш)	10731	30	47	
		Цикорий с молоком (Балхаш)	10744	160	200	
1	Второй завтрак	Сок натуральный / Банан / Груша / Мандарин / Яблоко	10569 / 31526 / 11263 / 11441 / 10667	150 / 100 / 100 / 100	200 / 70 / 70 / 60 / 60	
		Обед	Суп лапша на курином бульоне (Балхаш)	10746	150	200
		Гречневая крупа отварная с маслом (Балхаш)	10817	100	120	
		Котлета куриная/мясная с соусом (Балхаш)	31539	60	80	
1	Ужин	Салат из свежей капусты с растительным маслом (Балхаш) / Салат из свежих огурцов на растительном масле с чесноком (Балхаш)	31567 / 31537	40 / 40	50 / 50	
		Кисель (Балхаш) / Компот из свежих фруктов (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш)	10736 / 31538 / 10749	150 / 150 / 150	150 / 150 / 150	
		Хлеб пшеничный (Балхаш) / Хлеб ржаной (Балхаш)	10737 / 42578	15 / 25	20 / 40	
		Овощное рагу (Балхаш)	10812	150	200	
		Помидор свежий (Балхаш)	143	40	50	
		Вафля (Балхаш) / Печенье (Балхаш)	31535 / 10752	25 / 25	30 / 30	
		Кисломолочный напиток (Балхаш) / Чай с молоком (Балхаш)	10769 / 10754	200 / 170	200 / 200	
Хлеб пшеничный (Балхаш)	10737	15	20			
2 ДЕНЬ 2						
2	Завтрак	Каша пшеничная молочная (Балхаш)	31532	180	250	
		Бутерброд со сливочным маслом и сыром (Балхаш)	10731	30	47	
		Какао с молоком (Балхаш)	10742	160	200	

Второй завтрак	Сок натуральный / Банан / Груша / Мандарин / Яблоко	10569 /			
		31526 /	150 / 100	200 /	
		11263 /	/ 100 /	70 / 70	
		11441 /	100 / 100	/ 60 /	
		10667		60	
Обед	Борщ на костном бульоне со сметаной (Балхаш)	10747	150	200	
	Гуляш мясной (Балхаш) / Тефтели мясные с соусом (Балхаш)	10760 / 10801	40 / 60	55 / 80	
	Отварные рожки с маслом (Балхаш)	10802	100	120	
	Кисель (Балхаш) / Компот Ассорти (Балхаш) / Компот из свежих фруктов (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш)	10736 / 31543 / 31538 / 10749	150 / 150 / / 150 /	150 / 150 / 150 / 150	
	Хлеб пшеничный (Балхаш) / Хлеб ржаной (Балхаш)	10737 / 42578	15 / 25	20 / 40	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ (Балхаш) / Салат с помидорами на растительном масле с чесноком (Балхаш)	10446 / 31533	40 / 40	50 / 50	
	Ужин	Омлет (Балхаш)	10806	110	120
		Салат из свежей капусты и моркови на растительном масле (Балхаш)	42579	40	50
		Вафля (Балхаш) / Печенье (Балхаш)	31535 / 10752	25 / 25	30 / 30
		Молоко (Балхаш)	10739	180	180
Хлеб пшеничный (Балхаш)		10737	15	20	

ДЕНЬ 3

Завтрак	Каша «Дружба» молочная (Балхаш)	10796	180	250
		10731	30	47
		10754	170	200
Второй завтрак	Сок натуральный / Банан / Груша / Мандарин / Яблоко	10569 /		
		31526 /	150 / 100	200 /
		11263 /	/ 100 /	70 / 70
		11441 /	100 / 100	/ 60 /
		10667		60
Обед	Суп чечевичный на костном бульоне (Балхаш)	31568	150	200
	Азу по татарский (Балхаш)	10748	160	180
	Кисель (Балхаш) / Компот Ассорти (Балхаш) / Компот из свежих фруктов (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш)	10736 / 31543 / 31538 / 10749	150 / 150 / / 150 /	150 / 150 / 150 / 150
	Помидор свежий (Балхаш) / Салат из свежих огурцов на растительном масле с чесноком (Балхаш)	143 / 31537	40 / 40	50 / 50

	Хлеб пшеничный (Балхаш) / Хлеб ржаной (Балхаш)	10737 / 42578	15 / 25	20 / 40
Ужин	Суп молочный вермишелевый (Балхаш)	42826	180	220
	Хлеб пшеничный (Балхаш)	10737	15	20
	Запеканка из творога со сгущенным молоком повидлом (Балхаш) / Суп молочный вермишелевый (Балхаш)	10773 / 42826	150 / 180	180 / 220
	Кисломолочный напиток (Балхаш) / Чай с молоком (Балхаш)	10769 / 10754	200 / 170	200 / 200
4	ДЕНЬ 4			
Завтрак	Каша овсяная молочная с маслом сливочным (Балхаш)	31542	180	250
	Хлеб пшеничный с маслом (Балхаш)	10741	24	37
	Цикорий на молоке (Балхаш) / Чай с молоком (Балхаш)	97 / 10754	170 / 170	200 / 200
Второй завтрак	Сок натуральный / Банан / Груша / Мандарин / Яблоко	10569 / 31526 / 11263 / 11441 / 10667	150 / 100 / 100 / 100	200 / 70 / 70 / 60 / 60
Обед	Суп «Рассольник» на костном бульоне со сметаной (Балхаш)	10813	150	200
	Салат морковный на растительном масле (Балхаш)	42577	40	50
	Кисель (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш)	10736 / 10749	150 / 150	150 / 150
	Хлеб пшеничный (Балхаш) / Хлеб ржаной (Балхаш)	10737 / 42578	15 / 25	20 / 40
	Гуляш мясной (Балхаш) / Котлеты мясные с соусом (Балхаш) / Отварной рис / Отварная гречка с маслом (Балхаш)	10760 / 113 / 10811	40 / 60 / 110	55 / 70 / 120
Ужин	Кисломолочный напиток (Балхаш) / Чай с молоком (Балхаш)	10769 / 10754	200 / 170	200 / 200
	Хлеб пшеничный (Балхаш)	10737	15	20
	ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (БАЛХАШ)	43144	120	160
5	ДЕНЬ 5			
Завтрак	Бутерброд со сливочным маслом и сыром (Балхаш)	10731	30	47
	Каша рисовая молочная (Балхаш) / Каша ячневая молочная (Балхаш)	10772 / 10743	180 / 180	250 / 250
	Какао с молоком (Балхаш)	10742	160	200
Второй завтрак	Банан / Груша / Мандарин / Сок натуральный / Яблоко	31526 / 11263 / 100 / 100	100 / 100 / 100 / 100	70 / 70 / 60 / 60

		11441 / 152 / 31527		100 / 70
Обед	Картофельная запеканка с мясом с соусом (Балхаш)	42586	170	200
	Хлеб пшеничный (Балхаш) / Хлеб ржаной (Балхаш)	10737 / 42578	15 / 25	20 / 40
	Суп гороховый (Балхаш)	10789	150	200
	Помидор свежий (Балхаш) / Салат из свежих огурцов на растительном масле с чесноком (Балхаш) / Салат со свеклы с растительным маслом и чесноком (Балхаш)	143 / 31537 / 10808	40 / 40 / 40	50 / 50 / 50
	Компот из сухофруктов (Балхаш)	10749	150	150
Ужин	Хлеб пшеничный (Балхаш)	10737	15	20
	Вафля (Балхаш) / Печенье (Балхаш) / Рогалики с повидлом/сгущенным молоком (Балхаш)	31535 / 10752 / 31560	25 / 25 / 50	30 / 30 / 60
	Какао с молоком (Балхаш) / Чай с молоком (Балхаш)	10742 / 10754	160 / 170	200 / 200
	Суп рыбный с гренками (Балхаш)	10816	180	200
	Чай с молоком (Балхаш)	10754	170	200
6	ДЕНЬ 6			
Завтрак	Каша молочная пшеничная (Балхаш)	10777	180	250
	Бутерброд со сливочным маслом и сыром (Балхаш)	10731	30	47
	Цикорий с молоком (Балхаш)	10744	160	200
Второй завтрак	Банан / Груша / Мандарин / Сок натуральный / Яблоко	31526 / 11263 / 11441 / 152 / 10667	100 / 100 / 100 / 100 / 100	70 / 70 / 60 / 100 / 60
Обед	Хлеб пшеничный (Балхаш)	10737	15	20
	Салат из свежих огурцов на растительном масле с чесноком (Балхаш) / Салат из свежих помидоров на растительном масле (Балхаш)	31537 / 31536	40 / 40	50 / 50
	Хлеб пшеничный (Балхаш) / Хлеб ржаной (Балхаш)	10737 / 42578	15 / 25	20 / 40
	Суп с клёцками со сметаной (Балхаш)	10768	150	200
	Овощи тушеные с куриным мясом (Балхаш)	10771	170	180
	Кисель (Балхаш)	10736	150	150
Ужин	Молоко (Балхаш)	10739	180	180
	Кисель (Балхаш)	10736	150	150
	Хлеб пшеничный (Балхаш)	10737	15	20

	Суп молочный с пшениной / гречневой крупой (Балхаш)	42585	160	
	Сырники (Балхаш)	43149	50	
ДЕНЬ 7				
Завтрак	Каша кукурузная молочная (Балхаш)	10762	180	2
	Хлеб пшеничный с маслом (Балхаш)	10741	24	
	Цикорий на молоке (Балхаш) / Чай с молоком (Балхаш)	97 / 10754	170 / 170	20 / 2
Второй завтрак	Сок натуральный / Банан / Груша / Мандарин / Яблоко	10569 / 31526 / 11263 / 11441 / 10667	150 / 100 / 100 / 100	20 / 70 / 6
Обед	СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	10296	150	20
	Плов с мясом (Балхаш)	10735	160	18
	Кисель (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш)	10736 / 10749	150 / 150	150 / 15
	Хлеб пшеничный (Балхаш) / Хлеб ржаной (Балхаш)	10737 / 42578	15 / 25	20 / 4
	Салат из свежих помидоров на растительном масле (Балхаш) / Салат со свеклы с растительным маслом и чесноком (Балхаш)	31536 / 10808	40 / 40	50 / 5
Ужин	Картофельное пюре (Балхаш)	10758	110	120
	Кисломолочный напиток (Балхаш)	10769	200	200
	Хлеб пшеничный (Балхаш)	10737	15	20
	Салат из свежих огурцов на растительном масле с чесноком (Балхаш)	31537	40	50
8	ДЕНЬ 8			
Завтрак	Каша «Дружба» молочная (Балхаш)	10796	180	250
	Бутерброд со сливочным маслом и сыром (Балхаш)	10731	30	47
	Какао с молоком / Цикорий с молоком (Балхаш)	101 / 10744	150 / 160	200 / 200
Второй завтрак	Банан / Груша / Мандарин / Сок натуральный / Яблоко	31526 / 11263 / 11441 / 31527	100 / 100 / 100 / 100	70 / 70 / 100 / 70
Обед	Хлеб пшеничный (Балхаш) / Хлеб ржаной (Балхаш)	10737 / 42578	15 / 25	20 / 40
	Кисель (Балхаш) / Компот Ассорти (Балхаш) / Компот из свежих фруктов (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш)	10736 / 31543 / 31538 / 10749	150 / 150 / 150 / 150	150 / 150 / 150 / 150

Салат из свежей капусты с растительным маслом (Балхаш) / Салат из свежих огурцов на растительном масле с чесноком (Балхаш)

31567 /
31537 40 / 40 50 / 50

Суп «Волна» на костном бульоне (Балхаш)

31563 150 200

Биточки мясные (Балхаш) / Отварные рожки с маслом (Балхаш)

10757 /
10802 60 / 100 70 /
120

Ужин Кисломолочный напиток (Балхаш)

10769 200 200

Хлеб пшеничный (Балхаш)

10737 15 20

Вафля (Балхаш) / Печенье (Балхаш)

31535 /
10752 25 / 25 30 / 30

Суп на костном бульоне бульоне с гречневой крупой (Балхаш) / Суп рыбный с фрикадельками (Балхаш)

42582 /
10750 150 / 150 200 /
200

9

ДЕНЬ 9

Завтрак Хлеб пшеничный с маслом (Балхаш)

10741 24 37

Чай с молоком (Балхаш)

10754 170 200

Суп молочный гречневый (Балхаш)

10807 170 200

Второй завтрак Банан / Груша / Мандарин / Сок натуральный / Яблоко

31526 /
11263 / 100 / 100 70 / 70
11441 / 152 / 100 / / 60 /
/ 31527 100 / 100 100 /
70

Обед Щи из свежей капусты (Балхаш)

10734 150 200

Зразы мясные с яйцом и луком (Балхаш)

10815 60 70

Картофельное пюре (Балхаш)

10758 110 120

Салат «Витамин» (Балхаш) / Салат из свежих огурцов на растительном масле с чесноком (Балхаш) / Салат из свежих помидоров на растительном масле (Балхаш)

10765 /
31537 / 40 / 40 / 50 / 50
31536 40 / 50

Кисель (Балхаш) / Компот из свежих фруктов (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш)

10736 /
31538 / 150 / 150 150 /
10749 / 150 150 /
150

Хлеб пшеничный (Балхаш) / Хлеб ржаной (Балхаш)

10737 /
42578 15 / 25 20 / 40

Ужин Сладкий плов с изюмом (Балхаш)

31566 160 180

Кисломолочный напиток (Балхаш)

10769 200 200

Хлеб пшеничный (Балхаш)

10737 15 20

10

ДЕНЬ 10

Завтрак Бутерброд со сливочным маслом и сыром (Балхаш)

10731 30 47

Цикорий на молоке (Балхаш)

97 170 200

Каша рисовая молочная (Балхаш) / Каша ячневая молочная (Балхаш)

10772 /
10743 180 / 180 250 /
250

Второй завтрак	Банан / Груша / Мандарин / Сок	31526 /	100 / 100	70 / 70	
	натуральный / Яблоко	11263 /	/ 100 /	/ 60 /	
		11441 / 152	100 / 100	100 /	
		/ 31527		70	
Обед	Свекольник на костном бульоне со сметаной (Балхаш)	10756	150	200	
	Гуляш мясной (Балхаш) / Котлета куриная / мясная с соусом (Балхаш)	10760 / 31539	40 / 60	55 / 80	
	Гречневая крупа отварная с маслом (Балхаш) / Отварные рожки с маслом (Балхаш)	10817 / 10802	100 / 100	120 / 120	
	Салат из свежей капусты с растительным маслом (Балхаш)	31567	40	50	
	Кисель (Балхаш) / Компот из свежих фруктов (Балхаш) / Компот из сухофруктов (Балхаш)	10736 / 31538 / 10749	150 / 150 / 150	150 / 150 / 150	
	Хлеб пшеничный (Балхаш) / Хлеб ржаной (Балхаш)	10737 / 42578	15 / 25	20 / 40	
	Ужин	Омлет (Балхаш)	10806	110	120
	Кисломолочный напиток (Балхаш) / Чай с молоком (Балхаш)	10769 / 10754	200 / 170	200 / 200	
	Хлеб пшеничный (Балхаш)	10737	15	20	
	Салат из свежих помидоров на растительном масле (Балхаш)	31536	40	50	