



Утверждаю:

Директору КГКП ДДУ «Актоба»

А.Б. Кишиқидеева



№ п/п	Наименование	1 кв.		2 кв.		3 кв.		4 кв.		Итого
		п/п	кв.	п/п	кв.	п/п	кв.	п/п	кв.	
1	Суп-лапша	100	100	100	100	100	100	100	100	400
2	Курица тушеная	100	100	100	100	100	100	100	100	400
3	Котлеты мясные	100	100	100	100	100	100	100	100	400
4	Свинина жареная	100	100	100	100	100	100	100	100	400
5	Гарниш картофельный	100	100	100	100	100	100	100	100	400
6	Салат овощной	100	100	100	100	100	100	100	100	400
7	Чай зеленый	100	100	100	100	100	100	100	100	400
8	Сахар	100	100	100	100	100	100	100	100	400
9	Вода питьевая	100	100	100	100	100	100	100	100	400
10	Хлеб	100	100	100	100	100	100	100	100	400

Перспективное меню КГКП ДДУ «Актоба» на 20 дней

1 день				2 день				3 день				4 день				5 день			
Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7
Саша молочная сметановая	170	250	250	Каша манная молочная	160	250	250	Каша пшеничная молочная	170	250	250	Каша кукурузная молочная	160	250	250	Каша молочная "Дружба"	170	250	250
Хлеб с маслом ,сыр	20/4	30/6	30/6	Хлеб с маслом	20/4/6	30/6/10	30/6/10	Хлеб с маслом ,сыр	20/4	30/6	30/6	Хлеб с маслом с сыром	20/4/6	30/6/10	30/6/10	Хлеб с маслом	20/4	30/6	30/6
Цикорий с молоком	160	200	220	Какао с молоком	160	200	220	Цикорий с молоком	160	200	220	Какао с молоком	160	200	220	Чфй с лимоном	160	200	250
10.00 Фруктовый сок	90	60	60	10.00 Фруктовый сок	90	60	60	10.00 Свежие фрукты	90	60	60	10.00 Свежие фрукты	90	60	60	10.00 Свежие фрукты	90	60	60
Обед				Обед				Обед				Обед				Обед			
Салат морковный с консервиро- ванной кукурузой	40	50	50	Салат из свежей капусты	40	50	50	Салат из свежей чесноком	40	50	50	Салат овощной(сол- еный огурец, зеленый горошек и лук)	40	50	50	Салат из свежей капусты с зеленым горошком	40	50	50
Суп чечевичный на к/б	150	150	200	Суп лапша по домашнему на курином бульоне	150	150	200	Щи на костном бульоне со сметаной	150	150	200	Суп "Волна" костном бульоне	150	150	200	Рассольник на к/б со сметаной	150	150	200
Отварная сосиски с картофельны м пюре, соус	40/ 110 20	60/ 110 20	70/ 110 20	Плов с курицей	150	170	170	Гуляш с мясом,отварн рожжи.	150	170	170	Бигус с мясом	150	170	170	Пельмени с мясом	150	170	170
Кисель плодово- ягодный	150	150	150	Компот с изюмом и сушеными яблоками	150	170	170	Компот плодово- ягодный	150	170	170	Кисель ягодный	150	170	170	Компот из сухофрукто в	150	170	170
Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20
Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40
Ужин				Ужин				Ужин				Ужин				Ужин			
Суп молочный вермишелевы й	130	150	150	Суп с рыбными фрикаделька ми	150	250	250	Творожная запеканка со сладким соусом	150	200	200	Картофельное пюре рыбные котлеты, соус томатный	130/60	200/70	200/70	Омлет с морковью	100	120	120
Крем твороженный	100	100	100	Кефир	200	200	200	Молоко	200	200	200	Ряженка	200	250	250	Винегрет	40	50	50
Чай с молоком	150	200	200	Хлеб пшеничный	20	30	30	Печенье	15	20	20	Хлеб пшеничный	20	30	30	Чай с молоком	200	200	250
Хлеб пшеничный	20	30	30					Хлеб пшеничный	20	30	30					Хлеб пшеничный	20	30	30

6 день				7 день				8 день				9 день				10 день			
Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7
Каша молочная пшеничная	160	250	250	Каша молочная ячневая	170	250	250	Каша молочная геркулесовая	170	250	250	Каша пшеничная Молочная	170	250	250	Каша рисовая молочная	160	250	250
Хлеб с маслом с сырос	20/4/6	30/6/10	30/6/10	Хлеб с маслом	20/4	30/6	30/6	Хлеб с маслом с сыром	20/4/6	30/6/10	30/6/10	Хлеб с маслом	20/4	30/6	30/6	Хлеб с маслом с сыром	20/4/6	30/6/10	30/6/10
Цикорий с молоком	160	200	220	Какао с молоком	160	200	220	Цикорий с молоком	160	200	220	Какао с молоком	160	200	220	Чай с лимоном	160	200	220
10.00 Фруктовый сок	90	60	60	10.00 Фруктовый сок	90	60	60	10.00 Свежие фрукты	90	60	60	10.00 Свежие фрукты	90	60	60	10.00 Свежие фрукты	90	60	60
Обед				Обед				Обед				Обед				Обед			
Салат из свежей моркови с маслом	40	50	50	Салат из свеклы с чесноком	40	50	50	Салат овощной (картофель, морковь, сол.огурец, лук)	40	50	50	Салат свекольно-морковный	40	50	50	Салат из свежей капусты с кукурузой консерв.	40	50	50
Борщ на костном бульоне со сметаной	150	150	200	Суп вермишелевый на курином бульоне	150	150	200	Суп гороховый на костном бульоне	150	150	200	Суп "Солянка" на костном бульоне со сметаной	150	150	200	Суп "Харчо" на костном бульоне	150	150	200
Отварная сосиска с гречкой с соусом	40/110/20	60/110/20	70/110/20	Жаркое по домашнему с курицей	150	170	170	Ленивые голубцы с соусом	150/20	170/20	170/20	Гуляш с отварной перловкой	40/10/100	50/20/100	50/20/100	Зразы мясные с яйцом и луком, с отварными рожками	60/10/0	70/100	80/100
Кисель плодово-ягодный	150	150	150	Кисель плодово-ягодный	150	170	170	Компот с изюмом и сушеными яблоками	150	150	150	Компот плодово-ягодный	150	170	170	Компот ягодный	150	170	170
Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20
Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40
Ужин				Ужин				Ужин				Ужин				Ужин			
Вареники с творогом с маслом	150	200	200	Котлета рыбная с отварным рисом с соусом	50/10/0/20	70/120/20	70/120/20	Картофельное пюре с маслом	140	160	160	Суп рыбный с картофелем	150	200	200	Овощи тушеные	180	200	200
Кефир	200	200	200	Чай с молоком	200	250	250	Салат из свежей капусты	40	60	60	Ряженка	150	200	200	Чай с молоком	150	200	200
Печенье	10	25	25	Хлеб пшеничный	10	20	20	Молоко	200	200	200	Ватрушка с творогом	50	50	50	Хлеб пшеничный	20	30	30
Хлеб пшеничный	20	30	30					Хлеб пшеничный	20	30	30	Хлеб пшеничный	20	30	30	Вафли	10	25	25

11 день				12 день				13 день				14 день				15 день			
Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7	Завтрак	ясли	3-5	5-7
Каша манная молочная	160	250	250	Каша "Дружба"	170	250	250	Каша молочная пшеничная	160	250	250	Каша гречневая молочная	170	250	250	Каша рисовая молочная	160	250	250
Хлеб с маслом с сыром	20/4/6	30/6/10	30/6/10	Хлеб с маслом	20/4	30/6	30/6	Хлеб с маслом с сыром	20/4/6	30/6/10	30/6/10	Хлеб с маслом	20/4	30/6	30/6	Хлеб с маслом с сыром	20/4/6	30/6/10	30/6/10
Какао с молоком	160	200	220	Цикорий с молоком	160	200	220	Какао с молоком	160	200	220	Цикорий с молоком	160	200	220	Чай с лимоном	160	200	220
10.00 Фруктовый сок	90	60	60	10.00 Фруктовый сок	90	60	60	10.00 Свежие фрукты	90	60	60	10.00 Свежие фрукты	90	60	60	10.00 Свежие фрукты	90	60	60
Обед				Обед				Обед				Обед				Обед			
Салат морковный	40	50	50	Салат Витаминный (морковь, яблоко)	40	50	50	Салат из свеклы с соевым огурцом	40	50	50	Салат из зеленых горошек с луком и морковью	40	50	50	Салат из капусты	40	50	50
Рассольник на костном бульоне	150	150	200	Суп -лапша по домашнему на курином бульоне	150	150	200	Щи на костном бульоне	150	150	200	Свекольник на костном бульоне	150	150	200	Суп фасолевый	150	150	200
Отварные сосиски с тушеной капустой	40/100	60/110	70/110	Куриные котлеты с картофелем и пюре с маслом	60/110	70/110	80/110	Тефтели с горошицей с соусом	60/100/10	70/110/10	80/110/10	Жаркое с мясом	150	170	170	Рулет мясной с луком с яйцом с отварной гречкой с соусом	60/100/10	70/110/10	80/110/10
Кисель фруктовый	150	170	170	Компот с изюмом и с сушеными яблоками	150	150	150	Компот плодово-ягодный	150	150	150	Кисель ягодный	150	170	170	Компот из сухофруктов	150	150	150
Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20	Хлеб пшеничный	15	20	20
Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40	Хлеб ржаной	25	40	40
Ужин				Ужин				Ужин				Ужин				Ужин			
Суп молочный гречневый	130	170	170	Суфле из рыбы с отварным рисом и соусом	60/100/10	70/130/20	80/130/20	Омлет с баклажанной икрой	100/20	120/30	120/30	Запеканка из творога с сладким соусом	150/10	170/20	170/20	Расстегай из рыбы	100	140	140
Чай с молоком	150	200	200	Снежок	200	200	200	Йогурт	200	250	250	Молоко	200	250	250	Снежок	200	250	250
Хлеб пшеничный	20	30	30	Хлеб пшеничный	10	20	20	Хлеб пшеничный	20	30	30	Хлеб пшеничный	20	30	30	Хлеб пшеничный	10	20	20
Крем творожный	100	100	100					Вафли	15	25	25					Салат морковный	40	50	50

