

СОГЛАСОВАНО

Диетсестра

Хорошаева Е.В.



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая КГУ «Специальный д/с «Ақбота»

Измаева Ж.Ж.

**Двухнедельное перспективное меню КГУ «Специальный д/с «Ақбота»
на 2022 год**

1 день	Меню	Количество в гр
Завтрак	1. Каша Дружба молочная сладкая	200
	2. Хлеб пшен. с маслом	40\5\10
	3. Какао с молоком	200
11 часов 2^{ой} Завтрак	Фрукты	1 шт
Обед	1. Суп гороховый на м\к бульоне	200
	2. Биточки мясные с картофельным пюре, подлива	100\60
	3. Салат из Капусты	60
	4. Кисель + вит СО,0.05	200
	5. Хлеб ржаной	40
Полдник	1. Пряник	30
	2. Чай сладкий	200
Ужин	Каша Овсяная молочная сладкая	200
	2. Чай сладкий	200
	3. Хлеб пшеничный	40

2 день	Меню	Количество в гр
Завтрак	1. Вермишель молочная сладкая	200
	2. Хлеб пшеничн с маслом с сыром	40\5
	3. Кофе с молоком	200
11 часов 2^{ой} завтрак	Фрукты	1 шт
Обед	1. Суп Кеспе на м\к бульоне,	200
	2. Тефтеля мясная с гречневым гарниром пюре, подлива	100\70
	3. Салат из свежих огурцов и помидор	60
	4. Компот из с/ф +вит СО, 0.05	200
	5. Хлеб ржаной	40
Полдник	1. Молоко цельное	200
	2. Вафли	25
Ужин	1. Творожное печенье	120
	2. Чай сладкий	200
	3. Хлеб пшен.	40

3 день	Меню	Количество в гр
Завтрак	1. Каша рисовая молочная сладкая	200
	2. Хлеб с маслом сыром	40\5\7
	3. Кофе с молоком	200
11 часов 2^{ой} завтрак	Фрукты	1 шт
Обед	1. Суп перловый на м\к бульоне	200
	2. Бигус с мясом	220
	3. Салат из Свежих огурцов и помидор	60
	4. Кисель+витСО,0.05	200
	5. Хлеб ржаной	40
Полдник	1. Печенье	30

	2. Снежок	200
Ужин	1. Расстегай рыбный	130\40
	2. Чай сладкий с лимоном	200
	3. Хлеб пшенич	40

4 день	Меню	Количество в гр
Завтрак	1. Каша манная молочная сладкая	200
	2. Хлебпш. с маслом, сыром	40/5
	3. Какао с молоком	200
11 часов 2 ^{ой} завтрак	Фрукты	1 шт
Обед	1. Суп овощной на м\к бульоне	200
	2. Плов с мясом	210
	3. Салат "Венегрет"	60
	4. Компот из с\ф+вит СО, 0.05	200
	5. Хлеб ржаной.	40
Полдник	1. Сырники	90
	2. Молоко цельное	200
Ужин	1. Картофельное пюре с морковью	130\40
	2. Чай сладкий	200
	3. Хлеб пшен	40

5 день	Меню	Количество в гр
Завтрак	1. Каша пшеничная молочная сладкая	200
	2. Хлебпшен.с маслом	40/5
	3. Чай с молоком	200
11 часов 2 ^{ой} завтрак	Фрукты	1 шт
Обед	1. Рассольник на м\к бульоне	200
	2. Мясо по Казахски	220
	3. Салат Луковый	50
	4. Кисель + вит СО,0.05	200
	5. Хлеб ржаной	40
Полдник	1. Печенье	200
	2. Варенец	25
Ужин	1. Рыба по- Польски с рисовым гарниром	130\80
	2. Чай сладкий с лимоном	200
	3. Хлеб пшен	40

6 день	Меню	Количество в гр
Завтрак	1. Каша ячневая молочная сладкая	200
	2. Хлебпшеничн.с маслом сыром	40\5/7
	3. Кофе с молоком	200
11 часов 2 ^{ой} завтрак	Фрукты	1 шт
Обед	1. Суп Харчо на м\к бульоне	200
	2. Макароны с мясом по домашнему	130\80
	3. Салат из овощей на пару	60
	4. Компот из с\ф+вит СО,0.05	200
	5. Хлеб ржаной	40
Полдник	1. Вафли	25
	2. Молоко цельное	200
Ужин	1. Курник	160
	2. Чай сладкий	200

	3. Хлеб пшенич	40
--	----------------	----

7 день	Меню	Количество в гр
Завтрак	1. Каша Манная молочная сладкая	200
	2. Хлеб пшен.с маслом	40/5
	3. Яйцо отварное	1 шт
	4. Какао молоком	200
11 часов 2 ^{ой} завтрак	Фрукты	1 шт
Обед	1. Суп гороховый на м/к бульоне	200
	2. Гречка с мясом	130\80
	3. Салат из капусты	60
	4. 5 Компот из с\ф +вит СО. 0.05	200
	5. Хлеб ржаной.	40
Полдник	1. Песочно –творожный пирог	100
	2. Чай с молоком	200
Ужин	1. Каша кукурузная молочная сладкая	200
	2. Чай сладкий	200
	3. Хлеб пшен.	40

8 день	Меню	Количество в гр
Завтрак	1. КашаСолнышко молочная сладкая	200
	2. Хлеб пшен .с маслом	40/5/7
	3. Кофе с молоком	200
11 часов 2 ^{ой} завтрак	Фрукты	1 шт
Обед	1. Свекольник на м\к б	200
	2. Плов с мясом	220
	3. Салат Морковный	60
	4. Кисель +вит СО, 0.05	200
	5. Хлеб ржаной.	40
Полдник	1. Варенец	200
	2. Пряник	40
Ужин	1. Рыба по Польски с картофельным пюре	130\80
	2. Чай сладкий с лимоном	200
	3. Хлеб пшен.	40

9 день	Меню	Количество в гр
Завтрак	1. Каша Овсяная молочная сладкая	200
	2. Хлеб пшен.с маслом, с сыром	40/5
	3. Какао с молоком	200
11 часов 2 ^{ой} завтрак	Фрукты	1 шт
Обед	1. Суп пшенный на м\б бульоне	200
	2. Сложный гарнир	220
	3. Салат из свежих огурцов и помидор	60
	4. Компот из с\ф СО,0.05	200
	5. Хлеб ржаной.	40
Полдник	1. Вафли	30
	2. Молоко	200
Ужин	1. Ватрушка с творогом	130\60
	2. Чай сладкий	200
	3. Хлеб пшен.	40

10 день	Меню	Количество в гр
Завтрак	1. Каша Ячневая молочная сладкая	200
	2. Хлеб пшеничн. с маслом сыром	40/5/7
	3. Кофе с молоком	200
11 часов 2 ^{ой} завтрак	Фрукты	1 шт
Обед	1. Борщ на м\к бульоне	200
	2. Пельмени	210
	3. Салат из свежих огурцов и помидор	60
	4. Кисель + вит СО,0.	200
	5. Хлеб ржаной.	40
Полдник	1. Печенье	25
	2. Снежок	200
Ужин	1. Чай сладкий с лимоном	200
	2. Рыбные биточки с рисовым гарниром	100
	3. Хлеб пшен	40