

Директор КТХП «Ясли-сад №7
00 г.Костанай УОаКО
Елекеева ЛР.
27.08.2025 года

Перспективное меню 2025 года 20-ти дневное (лето-осень)

	Завтрак	выход	2-ой завтрак	выход	Обед	выход	Полдник	выход	Ужин	выход
1-й день	1.Каша молочная рисовая. 2.Какао с молоком, с сахаром 3.Батон с маслом	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1.Салат из свежей капусты и моркови с растительным маслом. 2.Суп полевой со сметаной на кв. 3.Тефтели с куриным мясом, с тушеными овощами. 4.Компот из сухофруктов. 5.Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1.Кефир. 2.Печенье.	150/200 10/20	1.Творожная запеканка с молочным соусом. 2.Чай с молоком 3.Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 10/20 150/180 20/30 15/30
2-й день	1.Молочный суп с макаронными изделиями на сливочном масле. 2.Злаковый напиток с молоком, с сахаром. 3.Батон с маслом	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1.Салат из моркови с растительным маслом. 2.Свекольник со сметаной на квб. 3.Гречка с мясом. 4.Компот из сухофруктов. 5.Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1.Ряженка 2.Печенье.	150/200 10/20	1.Овощное рагу. 2.Компот из яблок и кураги. 3.Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 150/180 20/30 15/30
3-й день	1.Каша молочная геркулесовая. 2.Какао с молоком, с сахаром. 3.Батон с маслом	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1.Салат из свежего огурца и капусты с растительным маслом. 2.Суп шахтерский на квб со сметаной. 3.Азу из мяса с горошицей. 4.Компот из сухофруктов 5.Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1.Молоко кипяченое 2.Булочка цветная.	120/130 40/50	1.Отварной картофель со сливочным маслом 2.Чай с лимоном, с сахаром. 3.Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 150/180 20/30 15/30
4-й день	1.Омлет с сыром. 2.Злаковый напиток с молоком, с сахаром. 3.Батон с маслом.	130/150 3/5 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1.Салат из свежих помидор и капусты с растительным маслом. 2.Суп лапша яичная на квб. 3.Рыба по-польски. 4.Чай с сахаром, с лимоном. 5.Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1.Снежок. 2.Бублик.	150/200 10/20	1.Плов из мяса говядины. 2.Кисель фруктовый. 3.Хлеб пшеничный ржаной.	150/180 150/180 20/30 15/30
5-й день	1.Каша молочная кукурузная. 2.Какао с молоком, с сахаром. 3.Батон с маслом.	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1.Салат из свеклы с чесноком с растительным маслом. 2.Борщ со свежей капусты со сметаной на квб. 3.Бефстроганов из отварной говядины с соусом, гарнир перловая крупа. 4.Компот из сухофруктов. 5.Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 20/30 15/30	1.Кефир. 2.Вафли.	150/200 16/16	1.Овощная запеканка. 2.Чай с молоком. 3.Хлеб пшеничный, ржаной	130/150 2/3 150/180 20/30 15/30

	Завтрак	выход	2-ой завтрак	выход	Обед	выход	Полдник	выход	Ужин	выход
6-й день	1. Каша молочная из злаков 2. Злаковый напиток с молоком, с сахаром 3. Батон с маслом	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат овощной с растительным маслом 2. Суп лапша на кв 3. Куриное суфле, гарнир - рис с томатным подливом 4. Компот из яблок и кураги 5. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Ряженка. 2. Печенье	150/200 10/20	1. Сырники творожные со сметанным соусом 2. Чай с молоком, с сахаром 3. Хлеб пшеничный, ржаной	130/150 150/180 20/30 15/30
7-й день	1. Яйцо отварное. 2. Какао с молоком, с сахаром 3. Батон с маслом	1шт/1шт 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из свежей капусты и отварной свеклы. 2. Суп гороховый на квб. 3. Ленивые голубцы из вареного мяса. 4. Компот из сухофруктов. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Кефир. 2. Булочка сырная	150/200 40/50 3/5	1. Каша молочная ячневая. 2. Кисель фруктовый. 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 160/180 20/30 15/20
8-й день	1. Каша молочная манная 2. Злаковый напиток с молоком с сахаром 3. Батон с маслом.	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из морковки с чесноком с растительным маслом. 2. Суп харчо на квб. 3. Жаркое по-домашнему 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Йогурт 2. Печенье	150/200 10/20	1. Тушеная капуста с конфетой 3. Хлеб пшеничный, ржаной	130/150 150/180 16/16 20/30 15/30
9-й день	1. Каша «Дружба». 2. Какао с молоком, с сахаром. 3. Батон с маслом.	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из свежего огурца и капусты с растительным маслом. 2. Щи со свежей капустой со сметаной на квб. 3. Азу из мяса с горошницей. 4. Кисель фруктовый. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Кефир. 2. Вафли.	150/200 16/16	1. Рыбные тефтели с гречневой крупой. 2. Чай с сахаром с лимоном. 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	150/180 150/180 3/3 20/30 15/30
10-й день	1. Каша молочная пшеничная. 2. Злаковый напиток с молоком, с сахаром. 3. Батон с маслом.	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из свежих помидор и капусты с растительным маслом. 2. Суп свекольный со сметаной на квб. 3. Мясные котлеты с макаронными изделиями. 4. Компот из сухофруктов. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Молоко кипяченое 2. Пряник.	120/130 30/30	1. Каша молочная кукурузная, 2. Кисель фруктовый. 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 150/180 20/30 15/30

Примечание: оставляем право за собой на замену блюд в связи с недопоставкой продукции поставщиками, непредставлением необходимых сопроводительных документов на данный вид продукции.

испр на 35 руб/чм 35 пшени. квб

Согласовано: Исмаева Г.Б. Исмакова диет.сестра



Перспективное меню 2025 года 20-ти дневное (лето-осень)

	Завтрак	выход	2-ой завтрак	выход	Обед	выход	Полдник	выход	Ужин	выход
11-й день	1. Каша молочная манная. 2. Какао с молоком, с сахаром 3. Батон с маслом	130/200 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из моркови с чесноком, с растительным маслом. 2. Суп с вермишелью на кв. 3. Гречка с куриным мясом. 4. Компот из сухофруктов. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Снежок 2. Печенье.	150/200 10/20	1. Творожная запеканка со сметаной. 2. Чай с молоком, с сахаром. 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 10/20 150/180 20/30 15/30
12-й день	1. Омлет с сыром. 2. Злаковый напиток с молоком, с сахаром. 3. Батон с маслом	130/150 3/5 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат овощной с растительным маслом. 2. Борщ на кв со сметаной. 3. Плов из мяса говядины. 4. Компот из сухофруктов. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Ряженка 2. Сушки	150/200 10/20	1. Каша молочная кукурузная. 2. Кисель фруктовый. 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 150/180 20/30 15/30
13-й день	1. Каша молочная из злаков. 2. Какао с молоком, с сахаром. 3. Батон с маслом.	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из свежего огурца и капусты с растительным маслом. 2. Суп гороховый на кв. 3. Овощное рагу с мясом. 4. Кисель фруктовый. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Молоко кипяченое. 2. Цветная булочка.	120/130 40/50	1. Макароны со сливочным маслом. 2. Компот из сухофруктов. 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	150/180 150/180 20/30 15/30
14-й день	1. Каша молочная рисовая. 2. Злаковый напиток с молоком, с сахаром. 3. Батон с маслом.	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из свежих помидор и капусты с растительным маслом. 2. Суп крестьянский на кв со сметаной. 3. Рыбное суфле с картофельным пюре на сливочном масле. 4. Чай с сахаром, с лимоном. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Кефир 2. Пряник	150/200 30/30	1. Бефстроганов из мяса с горошицей. 2. Компот из сухофруктов. 3. Хлеб пшеничный ржаной.	150/180 150/180 20/30 15/30
15-й день	1. Каша молочная ячневая. 2. Какао с молоком, с сахаром. 3. Батон с маслом.	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из свеклы с чесноком с растительным маслом. 2. Рассольник на кв со сметаной 3. Мясная котлета с пшенной крупой, томатным подливом 4. Компот из сухофруктов. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Ряженка 2. Вафли.	150/200 16/16	1. Тушеная капуста. 2. Чай с молоком. 3. Хлеб пшеничный, ржаной	130/150 2/3 150/180 20/30 15/30

	Завтрак	выход	2-ой завтрак	выход	Обед	выход	Полдник	выход	Ужин	выход
16-й день	1. Каша молочная геркулесовая. 2. Злаковый напиток с молоком, с сахаром. 3. Батон с маслом	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из свежей капусты и яблоко с растительным маслом. 2. Щи на курином бульоне со сметаной. 3. Гуляш из курицы с гречневой крупой 4. Компот из сухофруктов. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Йогурт. 2. Печенье.	150/200 10/20	1. Запеканка творожная со сметанным соусом 2. Чай с молоком, с сахаром. 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 10/20 150/180 20/30 15/30
17-й день	1. Яйцо отварное с сыром. 2. Какао с молоком, с сахаром. 3. Батон с маслом	1 шт./1 шт 3/5 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из свежих огурца и капусты с растительным маслом. 2. Суп полевой на мкб. 3. Мясные котлеты с картофельным пюре. 4. Компот из яблок и кураги. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Кефир. 2. Вафли	150/200 16/16	1. Овощная запеканка 2. Кисель фруктовый 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 150/180 20/30 15/20
18-й день	1. Каша молочная манная. 2. Злаковый напиток с молоком с сахаром. 3. Батон с маслом.	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из свежих огурца и капусты с растительным маслом. 2. Рассольник на мкб со сметаной. 3. Азу из мяса с горошницей. 4. Компот из сухофруктов. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Снежок 2. Булочка цветная.	150/200 40/50	1. Каша молочная ячневая. 2. Чай с молоком, с конфетой. 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 150/180 16/16 20/30 15/30
19-й день	1. Молочный суп с вермишелью. 2. Какао с молоком, с сахаром. 3. Батон с маслом.	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат овощной с растительным маслом. 2. Суп харчо на мкб. 3. Рыбная котлета с тушеными овощами. 4. Чай с лимоном, с сахаром. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Ряженка 2. Печенье	150/200 10/10	1. Жаркое по домашнему. 2. Компот из сухофруктов. 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	150/180 150/180 20/30 15/30
20-й день	1. Каша молочная «Дружба» (рис-греча). 2. Злаковый напиток с молоком, с сахаром. 3. Батон с маслом.	130/150 150/180 20/40 5/7	овощи или фрукты	100/100	1. Салат из свежих помидор и капусты с растительным маслом. 2. Лапша яичная на мкб. 3. Ленивые голубцы из вареного мяса 4. Компот из сухофруктов. 5. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1. Молоко кипяченое 2. Булочка домашняя.	120/130 40/50	1. Каша кукурузная молочная, 2. Кисель фруктовый. 3. Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150 150/180 20/30 15/30

Примечание: оставляем право за собой на замену блюд в связи с недопоставкой продукции поставщиками, непредставлением необходимых сопроводительных документов на данный вид продукции.