

Утверждаю
Заведующая ГККП
«Детский сад «Ертістік»
Ержанова Т.М.

Перспективное сезонное 2-х недельное меню
Весенне-летнее меню на 10 дней

№ дней	Завтрак	II завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1-ый день	1.Каша ячневая молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты или сок	1.Салат морковный. 2.Борщ на мк/б со сметаной 3.Плов с мясом 4.Компот из с/ф вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Йогурт	1. Творожная запеканка с курагой 2.Чай сладкий с молоком 3. Хлеб ржаной, пшеничный
2-ой	1.Каша пшеничная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1.Салат из свежих огурцов, помидор 2.Суп полевой на кур/б со сметаной 3.Жаркое по-домашнему 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кисель 2.Кондитерское изделие	1.Рыба с макаронами 2.Лимонный напиток 3. Хлеб ржаной, пшеничный
3-ой	1.Каша манная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1. Салат витаминный (капуста,морковь,огурцы) 2.Суп свекольный на мк/б со сметаной 3.Котлеты мясные с гарниром из гречка 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Молоко 3,2% кипяченое 2.Булочка с творогом	1.Овощное рагу 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный
4-ый	1.Каша пшеничная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1. Салат из свежих огурцов, помидор 2. Суп харчо на мк/б со сметаной 3.Расстегай с рыбой 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Сок 2.Кондитерское изделие	1.Суп картофельный с фрикадельками 2. Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный
5-ый	1.Суп вермишелевый молочный 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1.Салат «Загадка» (свекла,морковь,яблоки) 2. Суп фасолевый на мк/б со сметаной 3.Хинкали 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кефир	1.Картофельное пюре с нарезкой из соленых огурцов 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный

Утверждаю
Заведующая ГККП
«Детский сад «Ертөстік»
Ержанова Т.М.

Перспективное сезонное 2-х недельное меню
Весенне-летнее меню на 10 дней

№ дней	Завтрак	II завтрак	Обед	Полдник	Ужин
6-ой день	1.Каша овсяная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты или сок	1 Салат свекольный с изюмом 2.Щи на мк/б со сметаной 3.Гуляш с гречкой 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Молоко 3,2% кипяченное 2.Булочка с творогом	1.Каша из 3-х злаков (кукур.пшено, пшенич.) 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный
7-ой	1.Каша ячневая молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1. Салат из свежих огурцов и помидор 2.Лапша по-домашнему на кур./б 3.Гуляш куриный с картофельным пюре 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кисель 2.Кондитерск ое изделие	1.Рыбные котлеты с тушеными овощами 2.Лимонный напиток 3. Хлеб ржаной, пшеничный
8-ой	1.Каша пшеничная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1. Салат морковный . 2.Суп гороховый на мк/б со сметаной 3.Биточки мясные с гарниром из перловки 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кефир	1.Макароны с сыром 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный
9-ый	1.Каша пшенная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1. Салат из свежих огурцов и помидор 2.Рассольник на мк/б со сметаной 3. Голубцы рубленые 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Сок 2.Кондитерск ое изделие	1.Запеканка рыбная с картофелем 2. Чай сладкий с лимоном 3.Хлеб ржаной, пшеничный
10- ый	1.Каша кукурузная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1 Салат витаминный (капуста,морковь,огурцы св.) 2. Суп сборный на мк/б со сметаной 3. Азу по-татарски 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Йогурт	1.Вареники с творогом 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный