



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

Перспективное сезонное 2-х недельное меню на 2023год
Лето-осень 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	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 2.Булочка с творогом	1. Каша дружба молочная 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 гречневим. 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Молоко 3,2% кипяченое 2.Кондитерское изделие	1.Творожная запеканка с курагой 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.Овощное рагу 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный

**Перспективное сезонное 2-х недельное меню
Лето-осень меню на 10 дней**

№ дней	Завтрак	II завтрак	Обед	Полдник	Ужин
6-ой день	1.Каша пшеничная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1 Салат морковный 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% кипяченое 2.Кондитерское изделие	1. Макароны с сыром. 2.Чай сладкий с лимоном. 3.Хлеб ржаной, пшеничный
7-ой	1.Каша рисовая 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 с картофельным пюре. 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кисель 2.Кондитерское изделие	1.Рыба порционно с перловкой 2.Чай сладкий. 3. Хлеб ржаной, пшеничный
8-ой	1.Каша пшеничная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1.Салат свекольный с изюмом. 2.Суп гороховый на мк/б со сметаной 3.Фаршированный перец с мясом. 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кефир 2.Булочка с творогом	1. Каша из 2-х злаков (кукур.пшено) 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный
9-ый	1.Каша овсяная 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.Кондитерское 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



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

Перспективное сезонное двухнедельное меню (1 неделя) на 2023 год

Зима - весна

№	Завтрак	Завтрак II	обед	Полдник II	Ужин
1 – ый день	1.Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток 3. Батон 4. Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1.Салат морковный с чесноком 2.щи на мк/б со сметаной 3.гуляш с гречневым гарниром 4.Кисель фрукт. с вит. «С» 5.Хлеб пшеничный, ржаной	1.Молоко кипяченое 3.2% 2.Булочка с творогом	1.Каша 5 злаков молочная с маслом слив. 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб пшеничный, ржаной
2-ой день	1.Каша ячневая молочная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Повидло	Фрукты	1.Салат капуста с зеленым горошком 2.Лапша по домашнему на кур/б 3.Гуляш куриный с картофельным пюре 4.Компот из с/ф с вит «С» 5.Хлеб пшеничный, ржаной	1.Кисель 2.Вафли	1.Котлеты рыбные с рисовым гарниром 2.Чай сладкий с лимоном 3. Хлеб пшеничный, ржаной
3-ий день	1.Каша пшенная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5. Сыр	Фрукты	1.Салат из моркови и яблока 2.Суп Гороховый на мк/б 3.Биточки мясные с перловкой и томатным подливом 4.Компот из с/ф с вит. «С» 5. Хлеб пшеничный, ржаной	1.Кефир 2.Печенье	1. Макароны с сыром 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб пшеничный, ржаной
4 - ый день	1.Каша манная молочная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Повидло	Фрукты	1.Салат(огурцы, помидоры) 2.Суп рассольник на мк/б со сметаной 3.Голубцы рубленые 4.Компот из с/ф с вит. «С» 5.Хлеб пшеничный, ржаной	1.Сок натуральный	1.Запеканка рыбная с картофелем 2.Лимонный напиток 3.Хлеб пшеничный, ржаной
5-ый день	1.Каша овсяная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1.Салат витаминный (свекла с изюмом) 2.Суп гречневый на мк/б 3.Азу по татарски 4.Компот из с/ф с вит. «С» 5.Хлеб пшеничный, ржаной	1.Йогурт	1.Вареники с творогом 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб пшеничный, ржаной

Перспективное сезонное двухнедельное меню (2 неделя) на 2023 год

Зима -весна

№	Завтрак	Завтрак II	обед	Полдник II	Ужин
6- ой день	1.Каша из 4-х злаков(кук, пшеничка, ячка, пшено) молочная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток 3. Батон 4. Масло сливочное 5. Повидло	Фрукты	1.Борщ на мк/б со сметаной 2.Плов с мясом 3. Компот из с/ф с вит «С» 4.Хлеб пшеничный, ржаной	1.Молоко кипяченое 3.2% 2.Булочка с творогом	1.Картофельное пюре с морковным салатом 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб пшеничный, ржаной
7-ой день	1.Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1.Салат (Винегрет) 2.Суп крестьянский на кур/б со сметаной 3.Жаркое по домашнему 4.Компот из с/ф с вит «С» 5.Хлеб пшеничный, ржаной	1.Кисель 2.Вафли	1.Рыба с макаронным гарниром 2.Лимонный напиток 3. Хлеб пшеничный, ржаной
8-ой день	1.Каша пшено молочная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5. Повидло	Фрукты	1. Салат(огурцы, помидоры) 2.Суп Свекольный на мк/б 3.Ежики с гарниром из гречки 4. . Кисель фрукт. с вит. «С» 5. Хлеб пшеничный, ржаной	1.Йогурт	1. Овощное рагу 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб пшеничный, ржаной
9- ый день	1.Каша рисовая молочная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Повидло	Фрукты	1.Салат из моркови и яблока 2.Фасолевый на мк/б со сметаной 3.Расстегай с рыбой 4. Лимонный напиток с вит. «С» 5.Хлеб пшеничный, ржаной	1.Сок натуральный	1.Суп с фрикадельками 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб пшеничный, ржаной
10-ый день	1.Суп вермишелевый 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Повидло	Фрукты	1.Салат загадка (свекольный) 2.Суп харчо на мк/б со сметаной 3.Хинкали 4.Компот из с/ф с вит. «С» 5.Хлеб пшеничный, ржаной	1.Кефир 2.Печенье	1Творожный запеканка с кураги и изюмом 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб пшеничный, ржаной