

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

Перспективное сезонное 4-х недельное меню на 2026 год
Зимне-весенний период

№ дней	Завтрак	II завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1-ый день	1.Каша молочная из 3-х злаков 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1.Салат морковный. 2.Борщ на мк/б со сметаной 3. Гуляш с гречкой 4.Компот из с/ф вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Йогурт 2.Кондитерское изделие	1. Вареники с творогом 2.Чай сладкий с молоком 3. Хлеб ржаной, пшеничный
2-ой	1.Каша рисовая 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 порционная с перловкой 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 макаронами 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Молоко 3,2% кипяченное .Булочка с творогом	1. Каша кукурузная молочная 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 «Загадка» (свекла,морковь,яблоки) 2.Суп харчо на мк/б со сметаной 3.Расстегай с рыбой 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1Сок 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 «Овощной» (капуста, морковь, зеленый горошек 2. Суп фасолевый на мк/б со сметаной 3.Хинкали. 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кефир	1.Каша овсяная молочная 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный

Перспективное сезонное 4-х недельное меню на 2026г
Зимне-весенний период

№ 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. Плов с мясом 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Молоко 3,2% кипяченое 2.Кондитерское изделие	1. Вареники с творогом 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 «Овощной» (капуста, свекла, морковь) 2.Лапша по-домашнему на кур./б 3. Гуляш из мяса птицы с перловкой. 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кисель 2.Кондитерское изделие	1.Рыба порционная с картофельным пюре 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.Биточки с мясом с гречневым гарниром 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. Бигус 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.Макароны с сыром 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный



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

Перспективное сезонное 4-х недельное меню на 2026 год
Зимне-весенний период

№ дней	Завтрак	П завтрак	Обед	Полдник	Ужин
11-ый день	1.Каша молочная из 2-х злаков 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1.Салат морковный. 2.Борщ на мк/б со сметаной 3. Гуляш с гречкой 4.Компот из с/ф вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Йогурт 2.Кондитерское изделие	1. Вареники с творогом 2.Чай сладкий с молоком 3. Хлеб ржаной, пшеничный
12-ый	1.Каша овсяная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1.Салат из свежих огурцов, помидор 2.Бабушкин суп 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 порционная с перловкой 2.Лимонный напиток 3. Хлеб ржаной, пшеничный
13-ый	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 макаронами 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Молоко 3,2% кипяченое .Булочка с творогом	1. Каша кукурузная молочная 2.Чай сладкий с молоком 3. Хлеб ржаной, пшеничный
14-ый	1.Каша пшеничная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1. Салат «Загадка» (свекла, морковь, яблоки) 2.Суп харчо на мк/б со сметаной 3.Расстегой с рыбой 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1Сок 2.Кондитерское изделие	1.Суп картофельный с фрикадельками 2.Чай сладкий с молоком 3. Хлеб ржаной, пшеничный
15-ый	1.Суп вермишелевый молочный 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1. Салат «Овощной» (капуста, морковь, зеленый горошек 2. Суп фасольный на мк/б со сметаной 3.Хинкали. 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кефир	1.Каша овсяная молочная 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный



Перспективное сезонное 4-х недельное меню на 2026г
Зимне-весенний период

№ дней	Завтрак	II завтрак	Обед	Полдник	Ужин
16-ый 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. Плов с мясом 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Молоко 3,2% кипяченое 2.Кондитерское изделие	1. Вареники с творогом 2.Чай сладкий с молоком 3. Хлеб ржаной, пшеничный
17-ый	1.Каша ячневая молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1. Салат «Овощной» (капуста, свекла, морковь) 2.Лапша по-домашнему на кур./б 3. Гуляш из мяса птицы с перловкой. 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кисель 2.Кондитерское изделие	1.Рыба порционная с картофельным пюре 2.Чай сладкий. 3. Хлеб ржаной, пшеничный
18-ый	1.Каша пшеничная молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное 5.Сыр	Фрукты	1.Салат свекольный с изюмом. 2.Суп гречневый на мк/б со сметаной 3.Биточки с мясом с горошницей 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Кефир 2.Ватрушка с творогом	1. Каша «Дружба» 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный
19-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. Бигус 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
20-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 крестьянский на мк/б со сметаной 3. Азу по-татарски 4.Компот из с/ф + вит. «С» 5.Хлеб ржаной, пшеничный.	1.Йогурт	1.Макароны с сыром 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб ржаной, пшеничный