

Бекітемін
 Директор "Аленка" мен/с КМҚК
 Ставничук И. В.
 2023 г.



Перспективалы екі апталық мәзір
 21.04.2023 - 05.05.2023

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
21.04.2023	-Геркулес сүт ботқасы -сүт пен қант қосылған кофе сусыны -сары май қосылған нан½ жұмыртқа 10.00 банан / шырын / алма / айран / қар	- салаты - К/б қаймақпен -Ет кесектері (құс еті/сиыр еті) - Қайнатылған қарақұмық соусы -С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты -бидай наны	-- Омлет/ картоп пюресі -Вафли / кәмпит / печенье - Қант қосылған шай Сәбіз және жасыл бұршақ қосылған жаңа қырыққабат салаты
24.04.2023	- Жарма сүт ботқасы - Сүт пен қант қосылған шай - Сары май қосылған нан, ірімшік 10.00 Алма/ шырын / банан	- салаты/ - М/б үйдегі сорпа кеспесі - құс еті/ - Қайнатылған күріш .Тұздық - С дәрумені бар жеміс желе/ - бидай наны	-Қарақұмық сүт сорпасы / вермишель сүт сорпасы - Печенье / Пряник "Солтүстік" / вафли - Қант қосылған шай
25.04.2023	- Сүт тары ботқасы -Сүт пен қант қосылған Какао - ½Жұмыртқа майы бар нан 10.00 Алма/ шырын / банан / айран / қар	- салаты - К/б қаймақ қосылған қызылша -Палау (сиыр еті/ құс еті) / гуляш ет (сиыр еті) - Картоп пюресі -С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты/ - бидай наны	- Дала сорпасы" -Картоп пирогы/ қырыққабат пирогы - Қант пен лимон қосылған шай
26.04.2023	- Жүгері сүті ботқасы -Сүт пен қант қосылған кофе сусыны -сары май қосылған нан 10.00 айран / алма/ шырын / банан / айран / қар	- салаты - Бұршақ сорпасы к / б -Ет Зразы (құс еті/ сиыр еті)ет қосылған картоп орамы - Картоп пюресі / қарақұмық + тұздық -С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	-Сүзбе кәстрелі / өрмек сорпасы / көкөніс бұқтырмасы/ -Вафли / кәмпит / печенье - Қант қосылған шай -Бидай наны
27.04.2023	- Арпа сүті ботқасы/ "Достық"ботқасы - Сүт пен қант қосылған шай - Сары май мен ірімшік қосылған нан 10.00 жеміс шырыны / алма / банан / айран / қар	-Жаңа қияр - Қаймақ қосылған борщ к / б - Мантия 50/50 -С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты / С дәрумені бар жеміс желе -Бидай наны	- Көкөніс палауы - Қант қосылған шай - Печенье / пряник "Солтүстік/Вафли / кәмпит

28.04.2023	<ul style="list-style-type: none"> - Сүтті бидай ботқасы -Сүт пен қанттың какао - Сары май қосылған нан, - Қайнатылған жұмыртқа 1/2 10.00 банан / алма / айран / қар 	<ul style="list-style-type: none"> -Салат - Ет сорпасындағы "дала" сорпасы/к/б тұшпара қосылған сорпа - Жалқау қырыққабат орамдары (құс еті/ сиыр еті) / Бигус (сиыр еті) - Картоп пюресі / қайнатылған күріш - Тұздық -С дәрумені бар жеміс желе // С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Консервіленген балық сорпасы / өрмек сорпасы/ - Лимон қосылған қант шайы -Вафли / кәмпит / печенье -бидай наны
02.05.2023	<ul style="list-style-type: none"> - Сүт күріш ботқасы - Сүт пен қант қосылған кофе сусыны -сары май қосылған нан.ірімшік 10.00 алма / жеміс шырыны/жаңа алма сусыны / шырын / банан / айран / қар 	<ul style="list-style-type: none"> - салаты - Қаймақ қосылған "Харчо" сорпасы - Ет гуляш(сиыр еті/ құс еті) - Қайнатылған мүйіздер -С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты / С дәрумені бар жеміс желе -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Көкөніс бұқтырмасы - Қант қосылған шай -Печенье / "Кух" пирогы / Джем түймелері Вафли / кәмпит
03.05.2023	<ul style="list-style-type: none"> -Сүт вермишель сорпасы / сүт қарақұмық сорпасы - Сүт пен қант қосылған шай - Сары май қосылған нан 10.00 алма / қант қосылған айран / шырын / банан/ 	<ul style="list-style-type: none"> - салаты - "Чех тілінде" сорпа / қаймақ қосылған бұршақ сорпасы -Котлеттер (құс еті/ сиыр еті -Қайнатылған арпа / картоп пюресі - Тұздық -С дәрумені бар жеміс желе / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> -Жұмыртқамен пісірілген макарон / ірімшік қосылған қайнатылған конус / сүзбе кәстрелі - Қант қосылған шай -Вафли / кәмпит / печенье
04.05.2023	<ul style="list-style-type: none"> - Жарма сүт ботқасы -Сүт пен қант қосылған Какао - Сары май қосылған нан, ірімшік 10.00 қар / жеміс шырыны/жаңа алма сусыны/ шырын / банан / айран / қар 	<ul style="list-style-type: none"> - салаты / маринадталған қияр - Қаймақ қосылған бұршақ сорпасы к / б / -бұршақ сорпасы к / б -Үйде қуырылған ет (сиыр еті/ құс еті) -С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты -Бидай наны/ 	<ul style="list-style-type: none"> -Балық үшбұрышы / "Кух" пирогы / Джем қосылған ірімшік - Сәбіз салаты - Қант қосылған шай -Вафли / кәмпит / печенье
05.05.2023	<ul style="list-style-type: none"> - Сүт арпа ботқасы -Сүт пен қант қосылған кофе сусыны -сары май қосылған нан қайнатылған жұмыртқа 1/2 10.00 банан / алма / жаңа алма сусыны / шырын / айран / қар 	<ul style="list-style-type: none"> -Жаңа піскен қызанақ - К/б-дағы тұзды ерітінді - Ет (құс еті/ сиыр еті) -Қайнатылған қарақұмық + тұздық -С дәрумені бар жеміс желе / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Қаймақ тұздығында пісірілген картоп / макарон мен ірімшік · Көкөніс уылдырығы - Қант қосылған шай - "Солтүстік" Пряник / Вафли / кәмпит / печенье

УТВЕРЖДАЮ

Директор

КГКП я/с «Алёнка»

Ставничук И.А.

2023 г.



**Перспективное двухнедельное меню
С 21.04.2023 по 05.05.2023**

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
21.04.2023 Пятница 1 день	-Каша геркулесовая молочная -Кофейный напиток с молоком и сахаром -Батон с маслом 1/2 яйцо 10.00 банан/сок/яблоко/кефир/снежок	-Свежий огурец/Салат из отварной свеклы на растительном масле -Щи со сметаной на к/б -Мясные биточки(мясо птицы/говядина) -Отварная гречка Соус -Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Омлет/ картофельное пюре -Вафли/ конфета/ печенье -Чай с сахаром -Салат из свежей капусты с морковью и зелёным горошком
24.04.2023 Понедельник 2 день	-Каша манная молочная -Чай с молоком и сахаром -Батон с маслом, сыр 10.00 Яблоки / сок/ бананы	-Салат из свежей капусты с кукурузой/ -Суп лапша по - домашнему на м/б -Мясо птицы порционно/ -Отварной рис .Соус -Кисель фруктовый с витамином С/ -Хлеб пшеничный	-Суп молочный гречневый/ суп вермишелевый молочный -Печенье/ пряник "Северный"/ вафля -Чай с сахаром
25.04.2023 Вторник 3 день	-Каша пшенная молочная -Какао с молоком и сахаром -Батон с маслом 1/2 яйцо 10.00 Яблоки / сок/ бананы/кефир/снежок	-Салат из моркови с зеленым горошком -Свекольник со сметаной на к/б -Плов (говядина/ мясо птицы)/ гуляш мясной (говядина) -Картофельное пюре -Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником/	-Суп полевой» -Пирожок с картошкой/ Пирожок с капустой -Чай с сахаром и лимоном
26.04.2023 Среда 4 день	-Каша кукурузная молочная -Кофейный напиток с молоком и сахаром -Батон с маслом 10.00 Кефир/ яблоко/ сок/ бананы/кефир/снежок	-Свежий помидор/ икра овощная /салат морковный -Суп гороховый на к/б -Зразы мясные (мясо птицы/ говядина)картофельный рулет с мясом -Картофельное пюре/ гречка + соус -Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Творожная запеканка/ суп паутинка/ овощное рагу/ -Вафли/ конфета/ печенье -Чай с сахаром -Хлеб пшеничный
27.04.2023 Четверг 5 день	-Каша ячневая молочная/ Каша «Дружба» -Чай с молоком и сахаром -Батон с маслом и сыром 10.00 Сок фруктовый/ яблоко/бананы/кефир/снежок	-Свежий огурец -Борщ со сметаной на к/б -Манты 50/50 -Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником/ Кисель фруктовый с витамином С -Хлеб пшеничный	-Плов овощной -Чай с сахаром -Печенье/пряник "Северный"/Вафли/ конфета

<p>28.04.2023 Пятница 6 день</p>	<p>-Каша пшеничная молочная -Какао с молоком и сахаром -Батон с маслом, -Отварное яйцо 1/2</p> <p>10.00 банан сок/яблоко/ кефир/снежок</p>	<p>-Салат свежий огурец и свежий помидор -Суп «Полевой» на мясном бульоне/Суп с клецками на к/б -Ленивые голубцы(мясо птицы/ говядина)/Бигус (говядина) -Картофельное пюре/ отварной рис -Соус -Кисель фруктовый с витамином С// Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный</p>	<p>-Суп из рыбных консервов/ суп паутинка/ -Чай с сахаром с лимоном -Вафли/ конфета/ печенье -хлеб пшеничный</p>
<p>02.05.2023 Вторник 7 день</p>	<p>-Каша рисовая молочная -Кофейный напиток с молоком и сахаром -Батон с маслом.сыр</p> <p>10.00 Яблоки/ сок фруктовый/напиток из свежих яблок/ сок/ бананы/кефир/снежок</p>	<p>-Салат из свежей моркови на растительном масле -Суп «Харчо» на к/б со сметаной -Мясной гуляш(говядина/ мясо птицы) -Отварные рожки -Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником/ Кисель фруктовый с витамином С -Хлеб пшеничный</p>	<p>-Овощное рагу -Чай с сахаром -Печенье/ пирог "Кух"/расстегаи с повидлом Вафли/ конфета</p>
<p>03.05.2023 Среда</p>	<p>-Суп молочный вермишелевый/ суп молочный гречневый -Чай с молоком и сахаром -Батон с маслом</p> <p>10.00 Яблоки/Кефир с сахаром/сок/бананы/</p>	<p>-Салат из отварной свеклы на растительном масле -Суп «По-Чешски»/Суп фасолевый на к/б со сметаной -Котлеты (мясо птицы/ говядина) -Отварная перловка/ картофельное пюре -Соус -Кисель фруктовый с витамином С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный</p>	<p>-Макаронные запеченные с яйцом/ отварные рожки с сыром/творожная запеканка -Чай с сахаром -Вафли/ конфета/ печенье</p>
<p>04.05.2023 Четверг 9 день</p>	<p>-Каша манная молочная -Какао с молоком и сахаром -Батон с маслом, сыр</p> <p>10.00 Снежок/ сок фруктовый/напиток из свежих яблок/ сок/ бананы/кефир/снежок</p>	<p>-Салат из свежей капусты и свежей моркови/ Солёный огурчик -Суп Фасолевый со сметаной на к/б / --Суп гороховый на к/б -Домашнее жаркое (говядина/ мясо птицы) -Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный/</p>	<p>-Треугольник с рыбой/ пирог «Кух»/ватрушка с повидлом -Салат морковный -Чай с сахаром -Вафли/ конфета/ печенье</p>
<p>05.05.2023 Пятница 10 день</p>	<p>-Каша ячневая молочная -Кофейный напиток с молоком и сахаром - Батон с маслом яйцо отварное 1/2</p> <p>10.00 Бананы/ яблоко/напиток из свежих яблок/ сок/ кефир/снежок</p>	<p>-Свежий помидор -Рассольник на к/б -Биточки мясные(мясо птицы/ говядина) -Отварная гречка+ соус -Кисель фруктовый с витамином С/ Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный</p>	<p>-Картофель запеченный в сметанном соусе/макаронные с сыром -Икра овощная -Чай с сахаром -Пряник "Северный"/Вафли/ конфета/ печенье</p>