



Утверждаю
И.о. директора
КГКП «Ясли-сад «Карлыгаш»
Удалова О.В.
04 2023г.

**Перспективное десятидневное меню
КГКП «Ясли-сад «Карлыгаш»
С 21.07.2023-по 03.08.2023 г.**

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
21.07.23 пятница	Каша геркулесовая молочная Какао с молоком Батон с маслом, Второй завтрак: Яблоко	Соленый огурец Суп гороховый на к/б Плов с мясом Компот из сухофруктов с витамином Напиток из свежих яблок Хлеб пшеничный	Отварные макароны с сыром Чай с сахаром
24.07.23 понедельник	Каша кукурузная молочная Кофейный напиток с молоком, батон с маслом, ½ отварное яйцо Второй завтрак: Сок фруктовый	Салат свекольный Суп лапша на к/б Биточки мясные отварной рис, соус Кисель с витамином С Хлеб пшеничный	Суп молочный гречневый Чай с сахаром, лимоном Печенье
25.07.23 вторник	Каша пшеничная молочная Какао с молоком Батон с маслом Отварное яйцо 1/2 Второй завтрак: Молоко	Свежий огурец Щи со сметаной на к/б Гуляш мясо говядина Отварная гречка Компот из сухофруктов с витамином С Хлеб пшеничный	Овощное рагу Чай с сахаром Печенье
26.07.23 среда	Каша рисовая молочная Чай с молоком Батон с маслом Второй завтрак: Яблоко	Салат «Зайчик» Свекольник на к/б со сметаной Котлета Отварные макароны Кисель с витамином С Хлеб пшеничный	Творожно-манная запеканка со сгущенным молоком Чай с сахаром

27.07.23 четверг	Каша пшенная Батон с маслом Какао с молоком Второй завтрак: Кефир с сахаром	Свежий помидор Суп овощной со сметаной на к/б Домашнее жаркое Компот из сухофруктов с витамином С Хлеб пшеничный	Суп «Солнышко» Чай с сахаром Вафли
28.07.23 пятница	Каша ячневая Кофейный напиток с молоком Батон с маслом, сыр Второй завтрак: Сок фруктовый	Свежий помидор Суп «По- чешски» со сметаной на к/б Рулет мясной с отварным рисом, соус Компот из сухофруктов с витамином С Хлеб пшеничный	Пирожок с картошкой Чай с сахаром
31.07.23 понедельник	Суп молочный вермишелевый Какао с молоком Батон с маслом Второй завтрак: Яблоко	Салат морковный Рассольник со сметаной на к/б Гуляш мясной Картофельное пюре Кисель с витамином С Хлеб пшеничный	Плов овощной Чай с сахаром
01.08.23 вторник	Каша манная молочная Кофейный напиток с молоком Батон с маслом с сыром Второй завтрак: Сок фруктовый	Салат из свежей капусты с кукурузой Свекольник со сметаной на к/б Тефтели мясные Отварные макароны, соус Компот из сухофруктов с витамином С Хлеб пшеничный	Омлет Чай с сахаром Печенье
02.08.23 среда	Каша «Дружба» (ячневая +пшеничная) молочная Кофейный напиток с молоком Батон с маслом Сыр Второй завтрак: Бананы	Салат свекольный Суп «Крестьянский» на к/б Бигус отварной рис Кисель с витамином С хлеб пшеничный	Запечённый картофель с сыром Чай с сахаром
03.08.23 четверг	Каша геркулесовая молочная Какао с молоком Батон с маслом, сыр Второй завтрак: Кефир с сахаром	Салат «Витаминный» суп «Харчо» со сметаной на к/б Манты с маслом Компот из сухофруктов с витамином С Хлеб пшеничный	Суп из рыбных консервов Чай с сахаром Вафли