



Утверждаю

Директор КГКП я/с "Берёзка"

Ихсанова В.Р.

5.05

2023г.

## Перспективное десятидневное меню

## КГКП "Ясли -сад"Берёзка"

10.05.23-23.05.23

| Дата                  | Завтрак                                                                                                                                                                                           | Обед                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Ужин                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 день<br>10.05.23г   | -Каша кукурузная молочная<br>-батон с маслом/батон с<br>маслом сыром<br>-Какао с молоком/<br>кофейный напиток с<br>молоком<br><br><b>10.00</b> Банан /сок/яблоко                                  | -Сол.огурец/св.огурец /салат свекольный<br>-Борщ со сметаной на к/б /Суп лапша на<br>к/б<br>-Плов с мясом(говядина/птица)/<br>Гуляш(говядина/птица)/мясо птицы<br>порционно<br>-Картофельное пюре./Рис.<br>- Соус<br>-Компот из с/фруктов с шиповником+ вит.<br>«С» Кисель с вит «С»<br>-Хлеб пшеничный  | -Отварные рожки, овощная<br>икра./ Рожки с тертым<br>сыром./Рожки с яйцом/<br>Самса (птица/говядина)<br>-чай сладкий с лимоном/чай<br>сладкий<br>-Конфета/печенье                                                     |
| 2 день<br>11.05.23 г. | -Каша пшеничная молочная<br>-Батон с маслом /Батон с<br>маслом ,сыром<br>-Кофейный напиток с<br>молоком/Чай с молоком<br><br><b>10.00</b><br>Банан / сок / яблоко/ Кефир с<br>сахаром/Снежок      | -Салат Зайчик / Свежий помидор<br>- Суп гороховый на к/б/<br>Щи со сметаной на к/б<br>-Жаркое по домашнему с мясом<br>(говядина/птица)/Рис/перловка.<br>Котлета(птица100)<br>-Соус<br>- Кисель с вит. «С» /Компот из<br>сухофруктов с шиповником<br>-Хлеб пшеничный                                      | -Творожно -манная<br>запеканка со сгущенным<br>молоком /повидлом/<br>Кулеш пшеничный молочный<br>-Вафля/ печенье/печенье<br>домашнее/пряник Северный.<br>-Чай сладкий                                                 |
| 3 день<br>12.05.23 г. | -Каша манная молочная<br>-Батон с маслом, сыром<br>/батон с маслом<br>-Какао с молоком/<br>кофейный напиток с молоком<br><br><b>10.00</b> Банан /сок / Яблоко                                     | -Салат вит/Свежий огурец /сол.огурец<br>-Свекольник со сметаной на к/б/Суп по<br>Чешски на к/б<br>-Манты/пельмени./<br>Мясо птицы порционно.Гречка.Соус.<br>-Компот из сухофруктов с шиповником+<br>вит. «С» / Кисель с вит. «С»<br>-Хлеб пшеничный                                                      | -Суп молочный<br>вермишелевый/Пирожок с<br>картошкой/капустой./ Суп<br>рыбный из рыб.кон/Суп<br>рыбный из свежей<br>рыбы/овощное рагу.<br>- Чай сладкий с лимоном/<br>чай сладкий<br>-Печенье/пряник/конфета<br>вафля |
| 4 день<br>15.05.23 г  | -Каша ячневая молочная<br>-Батон с маслом и сыром/<br>батон с маслом.Яйцо 1/2<br>-Кофейный напиток с<br>молоком/Чай с молоком<br><br><b>10.00 /</b><br>Банан/Яблоко/Кефир с<br>сахаром/Снежок/Сок | -Салат свекольный / Свежий помидор<br>- Солянка домашняя со сметаной на<br>м/б/Суп с клецками на к/б/Суп гороховый<br>на к/б<br>-Котлета рыбная/Раба под овощами/<br>Тефтели мясные(говядина/птица)<br>- Рожки<br>- Соус<br>-Кисель с вит. «С»/ Компот из сухофруктов<br>с шиповником<br>-Хлеб пшеничный | -Плов фруктовый /Плов<br>овощной /Суп гречневый<br>молочный<br>-Вафля/печенье / пряник/<br>сдоба Венская<br>- Чай сладкий с лимоном/<br>чай сладкий/<br>чай сладкий с молоком                                         |

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5 день<br>16.05.23 г   | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Каша рисовая</li> <li>-молочная/каша пшеничная</li> <li>-молочная</li> <li>-Батон с маслом/батон с маслом, сыром</li> <li>-Кофейный напиток с молоком/Какао с молоком</li> </ul> <p><b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок<br/>Кефир с сахаром/Снежок</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Салат(капуста+яблоко)/св.огурец</li> <li>-Рассольник со сметаной на к/б/Суп Паутинка на к/б</li> <li>-Мясной рулет(говядина/птица)/Биточки (птица 100)</li> <li>-Картофельное пюре/вермишель/рис.</li> <li>-Соус</li> <li>-Компот из сухофруктов с шиповником+ витамин «С»/ Кисель с вит. «С»</li> <li>-Хлеб пшеничный</li> </ul>                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Омлет/Сочни с творогом/Суп молочный вермишелевый.</li> <li>-Чай сладкий/кисель/чай сладкий с молоком/чай сладкий с лимоном/</li> <li>-Вафля/печенье / пряник</li> </ul>                                                                                                 |
| 6 день<br>17.05.23 г.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Каша пшеничная молочная</li> <li>/каша рисовая молочная</li> <li>-Батон с маслом, сыром/батон с маслом.</li> <li>-Какао молоком/кофейный напиток с молоком.</li> </ul> <p><b>10.00</b> Банан/Яблоко/Сок<br/>Кефир с сахаром/Снежок</p>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Салат(морковь+зел.гор)/ Свежий помидор/сол.огурец</li> <li>-Суп крестьянский на к/б со сметаной/ Борщ со сметаной на к/б</li> <li>-Мясо по казахски(говядина) / Гуляш (птица/ говядина). Бигус(говядина)</li> <li>Гречка/картофельное пюре.</li> <li>- Соус</li> <li>-Компот из с/фруктов с шиповником+ витамин «С» / Кисель с вит. «С»</li> <li>-Хлеб пшеничный</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Суп картофельный на к/б/Овощное рагу /Тефтели рыбные/картофельное пюре.</li> <li>-Сдоба Венская</li> <li>/вафля/печенье / пряник</li> <li>-Чай сладкий/кисель</li> <li>-Хлеб пшеничный</li> </ul>                                                                       |
| 7 день<br>18.05.23 г.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Каша геркулесовая молочная</li> <li>-Батон с маслом/ Батон с маслом, сыром</li> <li>-Кофейный напиток с молоком/Чай с молоком</li> </ul> <p><b>10.00</b> Яблоко/Банан/сок<br/>Кефир с сахаром</p>                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>Салат свекольный/сол.огурец</li> <li>-Щи на к/б со сметаной/Суп полевой на к/б</li> <li>-Зразы с мясом и яйцом (50/50)Бигус с мясом(говядина)</li> <li>-Картофельное пюре /Рисовый гарнир/Вермишель</li> <li>-Соус</li> <li>-Компот из с/ф с вит. С и шиповником/ Кисель с вит. «С»</li> <li>-Хлеб пшеничный</li> </ul>                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Салат Зайчик</li> <li>-Яйцо варёное(1)/ Сырники со сг.молоком /повидлом./</li> <li>Творожная запеканка со сг.молоком /повидлом</li> <li>.Манные биточки с повидлом/сг.молоком</li> <li>-Чай сладкий</li> <li>-Рогалик</li> <li>песочный/печенье/вафля/пряник</li> </ul> |
| 8 день<br>19.05.23 г.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Каша «Дружба» молочная</li> <li>-Батон с маслом/батон с маслом и сыром</li> <li>-Какао с молоком/ кофейный напиток с молоком</li> </ul> <p><b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок<br/>Кефир с сахаром/Снежок</p>                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Салат овощной /св.огурец</li> <li>- Суп фасовый со сметаной на к/б</li> <li>/Свекольник на к/б со сметаной</li> <li>-Ленивые голубцы(50/50)/мясо птицы порционно.</li> <li>-Рожки.Соус</li> <li>-Кисель с вит. С/ Компот из с/ф+ вит. С и шиповником</li> <li>-Хлеб пшеничный</li> </ul>                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Пирожок с повидлом /картошкой</li> <li>Суп крестьянский на к/б</li> <li>-Вафля/печенье/ пряник конфета.</li> <li>-Чай сладкий/чай сладкий с лимоном/кефир с сахаром/снежок.</li> <li>-Хлеб пшеничный</li> </ul>                                                         |
| 9 день<br>22.05.23 г.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Молочная вермишель</li> <li>-Батон с маслом и сыром/батон с маслом.</li> <li>-Кофейный напиток с молоком/Чай с молоком</li> </ul> <p><b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок<br/>Кефир с сахаром/Снежок</p>                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Свежий помидор/салат(кап+зел.гор)</li> <li>-Суп Харчо со сметаной на к/б/Суп с клецками на к/б</li> <li>-Гуляш (говядина) /Запеканка картофельная с мясом птицы/</li> <li>-гороховое пюре /перловка.</li> <li>-Соус</li> <li>.Компот из с/ф с шиповником/Кисель</li> <li>-Хлеб пшеничный</li> </ul>                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Суп по Чешски на к/б с гренками</li> <li>-Расстегай с повидлом</li> <li>-Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном/чай сладкий с молоком</li> <li>-Вафля/печенье/ пряник</li> <li>-Хлеб пшеничный</li> </ul>                                                                   |
| 10 день<br>23.05.23 г. | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Каша "Артек"молочная</li> <li>-Батон с маслом/батон с маслом и сыром</li> <li>-Какао с молоком /кофейный напиток с молоком</li> </ul> <p><b>10.00</b> Банан/Сок /Яблоко<br/>кефир с сахаром/снежок</p>                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>Салат свекольный./салат Зайчик</li> <li>-Суп с яйцом и зеленым горошком со сметаной на к/б/Суп овощной со сметаной на к/б</li> <li>-Биточки мясные(50/50)/ Рулет мясной(говядина)</li> <li>-Соус</li> <li>-Гречка./Рис</li> <li>-Кисель с вит. С /Компот из с/ф с вит.С и шиповником</li> <li>Хлеб пшеничный</li> </ul>                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Суп рыбный из рыбных консервов/Суп рыбный из свежей рыбы /Вареники с картошкой / Рожки отварные с яйцом.</li> <li>-Печенье /вафля/пряник</li> <li>-Чай с сахаром и лимоном/чай с сахаром</li> <li>-Хлеб пшеничный</li> </ul>                                            |