

Утверждаю

КГКП «Ясли-сад №11» отдела образования
города Костаная» управления
образования

акимата Костанайской области.
Заведующая

Сабитова Б.Б.



Перспективное меню на зимне-весенний период 2025-2026 учебного года

КГКП «Ясли –сад №11 акимата города Костаная отдела образования акимата города Костаная»

Работаем с _____ год.

№ п/п	Завтрак	Вес	1 полдник	Вес	Обед	Вес	2-полдник	Вес	Ужин	Вес
1 день	Суп вермишелевый на молоке	150/200	Сок натуральный или фрукты	130/150	Салат из свеклы с чесночком, с добавлением растительного масла	30/40	Кефир	150/180	Каша гречневая	150/180
	Батон с маслом	20/35			Щи на к.б. со сметаной	150/200	Печенье	16/16	молочная	150/180
	Сыр	5/7,6/9			Тефтели мясная. (говядина)	150/180			Напиток яблочный	20/30
	Напиток злаковый на молоке	150/180			Гороховое пюре.	150/180			Хлеб пшеничный	20/30
					Кисель	20/35				
2 день	Каша ячневая на молоке	150/200	Сок натуральный или фрукты (Яблоко)	130/150	Салат св. капусты и огурца, с добавлением растительного масла	30/40	Молоко	150/180	Запеканка	150/180
	Яйцо варенное 1/2	1/2			Суп « Крестьянский» на м.б. со сметаной.	150/200	Бублик	15/20	творожная с морковью.	150/180
	Булочка с маслом,	20/35			Жаркое по – «домашнему» (куры)	150/180			молочный соус	150/180
	Какао на молоке.	5/7			Напиток из шиповника	150/180			Напиток апельсиновый	150/180
		150/180			Хлеб пшеничный, Ржаной	20/35			Хлеб пшеничный	20/30

3 день	Каша «Полтавка» на молоке. Батон с маслом Сыр Чай фруктовый	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Сок натуральный или фрукты (апельсин)	130/150	Салат морковный с яблоком, с добавлением растительного масла Свекольник на мясном бульоне со сметаной Плов. (куры) Лимонный напиток Хлеб пшеничный, Ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Напиток апельсиновый Бублик	150/180 30/35	Биточек рыбный с картофелем пюре. Кисель Хлеб пшеничный	150/180 150/180 20/30
4 день	Каша кукурузная на молоке Булочка с маслом, Напиток Цикорий на молоке	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Сок натуральный или фрукты	130/150	Салат из капусты с добавлением растительного масла Суп из чичевицы на м.б со сметаной Биточк мясной (говядина) Каша «Полтавка» Кисель Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Молоко Булочка	150/180 50/60	Макарони с сыром Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	150/180 150/180 20/30
5 день	Каша геркулесовая на молоке Яйцо варенное 1/2 1/2 Батон с маслом, Чай фруктовый	150/200 1/2 20/35 5/7 150/180	Сок натуральный или фрукты (банан)	130/150	Салат «Чиполино», с добавлением растительного масла Суп - харчо на м.б Хинкали Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Кисель молочный Печенье	150/180 16/16	Овощное рагу Напиток лимонный с изюмом Хлеб пшеничный	150/180 150/180 20/30
6 день	Каша «Дружба» на молоке Батон масло . сыр Напиток «Цикорий» на молоке	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Сок натуральный или фрукты	130/150	Салат из саеклы с черносливом, с добавлением растительного масла Борщ на м.б. со сметаной Каша гречневая с гуляшом (мясо кур) Напиток из шиповника Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Ряженка Печенье	150/180 16/16	Сырники со сметанным соусом Напиток из яблок Хлеб пшеничный	150/180 150/180 20/30

7 день	Каша 5 злаков на молоке Булочка с маслом. Напиток злаковый на молоке	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Сок натуральный или <u>фрукты</u> (<u>яблоко</u>)	130/150	Салат капуста с помидором, с добавлением растительного масла Суп гороховый на м.б. Рожки с гуляшом (мясо кур) Напиток из апельсин Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Кисель Бублик	150/180 30/35	Рулет рыбный с морковью. Сметанный соус Компот из кураги и яблома Хлеб пшеничный	150/180 20/30
8 день	Каша рисовая на молоке Яйцо варенное 1/2 Батон 20/35 Масло. 5/7 Какао на молоке 150/180	150/200 1/2 20/35 5/7 150/180	Сок Натуральный или <u>фрукты</u> (<u>апельсин</u>)	130/150	Салат из моркови с орехом, с добавлением растительного масла Суп « Шахтерский» со сметаной на м.б Котлета мясная (говядина) Каша перловая Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 20/30	Молоко Булочка домашняя	150/180 50/60	Варенный картофель с тушённой капустой. Напиток из яблок Хлеб пшеничный	150/180 20/30
9 день	Каша пшеничная на молоке Булочка с маслом, сыр Чай фруктовый 150/180	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Сок Натуральный или <u>фрукты</u>	130/150	Салат свеклы с чесноком, с добавлением растительного масла Суп с галушками на м.б. Капуста тушеная с мясом (куры) Кисель Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Кефир Печенье	150/180 16/16	Запеканка творожная изюмом. Соус молочный Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	150/180 150/180 20/30
10 день	Каша манная на молоке Яйцо варенное 1/2 Батон с маслом 5/7 Напиток злаковый на молоке 150/180	150/200 1/2 20/35 5/7 150/180	Сок Натуральный или <u>фрукты</u> (<u>банан</u>)	130/150	Салат из моркови с черносливом с добавлением растительного масла Суп – лапша на м.б Азу по- «Татарски» (куры) Напиток из апельсина и яблока Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Молоко Бублик	150/180 25/30	Котлета рыбная с рисом, томатный соус Напиток лимонный Хлеб пшеничный, ржаной	150/180 150/180 20/30

11 день	Каша манная на молоке. Батон с маслом. Яйцо варенное 1/2 Чай фруктовый	150/200 20/30 5/7 1/2 150/180	Сок натуральный или фрукты (Яблоко)	130/150	Салат из капусты с добавлением растительного масла. Свекольник на м.б. со сметаной. Гороховое пюре с котлетой (говядина) Напиток из шиповника Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Компот из сухофруктов Зразы с изюмом	150/180 100/120	Каша гречневая с маслом Молоко Хлеб пшеничный.	150/180 150/180 20/30
12 день	Каша ячневая на молоке. Булочка с маслом. Сыр. Какао на молоке.	150/200 20/30 5/7,6/9 150/180	Сок натуральный или фрукты	130/150	Салат из моркови с яблоком, с добавлением растительного масла. Суп фасолевый на м.б. со сметаной Лагман (мясо-кур) Напиток лимонный Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Напиток из яблока Бублик	150/180 30/35	Рулет рыбный с яйцом. Компот из кураги Хлеб пшеничный.	150/180 150/180 20/30
13 день	Суп молочный вермишелевый. Батон с маслом. Яйцо варенное. 1/2 Напиток злаковый на молоке	150/200 20/35, 5/7 1/2 150/180	Сок натуральный или фрукты (апельсин)	130/150	Салат луковый «Чиполино», с добавлением растительного масла Суп – из чечевицы. Жаркое по – домашнему. (мясо кур) Компот из сухофруктов. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Какао на молоке Булочка	150/180 50/60	Макароны с сыром. Напиток из апельсина и яблока Хлеб пшеничный.	150/180 150/180 20/30
14 день	Каша 5 злаков на молоке. Булочка с маслом. Сыр. Напиток Цикорий на молоке.	150/200 20/35 5/7 6/9 150/180	Сок натуральный или фрукты	130/150	Салат из саеклы с чесноком, с добавлением растительного масла. Суп шахтерский на м.б. со сметаной. Хинкали (говядина) Напиток из яблок и апельсин Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Ряженка Печенье-крокет	150/180 16/16	Овощное рагу. Компот из с/ф Хлеб пшеничный.	150/180 150/180 20/30

15 день	Каша кукурузная на молоке. Батон с маслом. Напиток злаковый на молоке.	150/200 20/35 5/7 150/180	Сок натуральный или фрукты (банан)	130/150	Салат из капусты и помидор, с добавлением растительного масла. Суп лапша на м. б. Плов. (мясо-кур) Компот из сухофруктов. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Кисель Бублик	150/180 25/30	Рыба тушеная с овощами в сметанном соусе Картофельное пюре Лимонный напиток Хлеб пшеничный.	150/180 150/180 20/30
16 день	Каша геркулесовая на молоке. Батон с маслом. Сыр. Чай фруктовый	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Сок натуральный или фрукты (яблоко)	130/150	Салат из моркови и изюма с добавлением растительного масла. Суп « Крестьянский» на м. б. со сметаной. Капуста тушеная с мясом (говядина) Напиток из шиповника Хлеб пшеничный, Ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Кефир Печенье	150/180 15/15	Макаронная запеканка с яйцом Напиток из яблока с изюмом Хлеб пшеничный.	150/180 150/180 20/30
17 день	Каша рисовая на молоке. Булочка с маслом. Яйцо варенное 1/2 Напиток Цикорий на молоке.	150/200 20/35 5/7,1/2 150/180	Сок натуральный или фрукты	130/150	Салат из капусты с яблоком и морковью с добавлением растительного масла Борщ на м. б. со сметаной. Азу по-татарски. (мясо кур) Компот из сухофруктов. Хлеб пшеничный, Ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Какао на молоке Печенье	150/180 16/16	Вареники из творога Кисель Хлеб пшеничный	150/180 150/180 20/30
18 день	Каша Полтавка на молоке. Батон с маслом. Сыр. Какао на молоке.	150/200 20/35 5/7. 6/9 150/180	Сок натуральный или фрукты (апельсин)	130/150	Салат из саеклы с черносливом, с добавлением растительного масла. Суп гороховый на м/к б-не Макароны с гуляшом (мясо кур) Напиток из шиповника с лимоном Хлеб пшеничный, ржаной.	30/50 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Молоко Пирожок с морковью	150/180 50/60	Плов « Бухарский» Компот из с/ф Хлеб пшеничный.	150/180 150/180 20/30

19 день	150/200	Сок натуральный или фрукты (банан)	130/150	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Кисель Королевская ватрушка с творогом	150/180 100/120	Картофель отварной с тушеной капустой Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный.	150/180
Каша «Дружба» на молоке. Булочка с маслом. Яйцо варенное 1/2 Напиток злаковый на молоке.	150/200 20/35 5/7, 1/2 150/180	Салат из свежего огурца и помидор, с добавлением растительного масла. Мясо по -казахски. Суфле мясное (говядина) Каша гречневая Напиток из яблока, апельсина Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Кисель Королевская ватрушка с творогом	150/180 100/120	Картофель отварной с тушеной капустой Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный.	150/180
20 день	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Сок натуральный или фрукты	130/150	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Ряженка Бублик	150/180 30/35	Запеканка рыбная с рисом Напиток лимонный Хлеб пшеничный.	160/180 150/180 20/30
Каша пшеничная на молоке. Батон с маслом. Сыр. Напиток « Цикорий» на молоке.	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Салат из свеклы с изюмом, с добавлением растительного масла. Щи на м.б. со сметаной. Тефтели (говядина) Картофельное пюре Кисель Хлеб пшеничный, ржаной.	130/150	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Ряженка Бублик	150/180 30/35	Запеканка рыбная с рисом Напиток лимонный Хлеб пшеничный.	160/180 150/180 20/30

Примечание: Оставляем право за собой на замену блюд в связи с недоставкой продукции поставщиками, непредставлением необходимых сопроводительных документов на данный вид продукции.

Исполнила: Хамхоева Н.П. тел. 87776472099