

	4.Сыр Алма / йогурт / банан	3. С/ф компоты және итмұрын 4.Бидай наны	
20.09.22	1.Бидай ботқасы сүт 2.Сүт қосылған Какао Қайнатылған жұмыртқа 3.Майы бар нан Алма / йогурт / банан	1. Қызылша салаты /жаңа піскен қияр 2.Бұршақ сорпасы 3. Зрази .Қайнатылған күріш.Тұздық 4.Кисель+вит " С» 5 Бидай наны	1.Пісірілген макарон және ірімшік 2.Лимон, қант қосылған шай 3.Вафли
21.09.22	1.Омлет/жүгері ботқасы 2.Сүт қосылған шай 3.Батон майы, шикі Алма / йогурт / банан	Жаңа піскен қызанақ 1. Қаймақпен ш / б қызылша 2.Сиыр еті картоп пюресі қосылған Бигус 3. С/ф және итмұрыннан жасалған Компот +вит " С» 4.Бидай наны	1.Қоюландырылған сүт/сүтті қарақұмық сорпасы 2.Кисель
22.09.22.	1.Сүтті геркулес ботқасы 2.Сүт қосылған кофе сусыны 3.Батон майы, шикі, Алма	1.Жаңа қияр Қаймақ қосылған борщ 3.Еторамы(сиыр еті/ құс еті) + қайнатылған вермишель + тұздық 4.Кисель+вит " С» 5.Бидай наны	1.Көкөністермен бұқтырылған балық Картоп пюресі/Чех сорпасы 2.Лимон қосылған шай, Қант Зджем пироги
23.09.22	1.Сүтті арпа ботқасы 2.Сүт қосылған Какао 3.Майы бар нан, жұмыртқа 24 гр Алма / өрік / банан	1. Витамин салаты (қырыққабат, сәбіз, өсімдік майы) Жаңа піскен қызанақ 2.Қаймақ қосылған" Харчо " сорпасы 3.Майы бар манти (30 құс еті, 70% сиыр еті) 4. С/ф компоты 5.Бидай наны	1. Көкөніс бұқтырмасы/сүт сорпасы 2.Сүт 3.Куки
26.09.22.	1.Сүтті тары ботқасы 2.Сүт қосылған шай 3.Батон майы,шикі, Алма / йогурт / банан	1.Жаңа помидор 2.Қаймақпен ш / б-ға щи 3.Биточки Рожки.Тұздық 4.С\ф итмұрыннан жасалған компот 5.Бидай наны	1.Балық сорпасы балық консервілерінен 2.Джемі бар бәліш 3.Қант қосылған шай,лимон

1-40



Утверждаю

И.о. Директора

КФКП « Ясли-сад Алёнка»

Кареткина И.В..

2022

**Перспективное десятидневное меню осень-зима КФКП "Ясли-сад
"Алёнка"
с 13.09.2022 по 26.09.2022**

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
1 день 13.09.22	1.Каша манная молочная 2.Какао с молоком 3.Батон с маслом, сыром Сок/яблоко/йогурт/банан	1.Салат из моркови с зеленым горошком/свежий огурец 2.Суп по «Чешски»с яйцом с сметаной на к/б 3.Плов с мясом птицы/говядины 4.Кисель+вит «С» 5.Хлеб пшеничный	1 Овощная икра с макаронами\Суп крестьянский с гренками 2.Чай с сахаром 3Печенье\пряник \Вафля
2 день 14.09.22	1.Творожная запеканка со сгущенным молоком\Каша геркулесовая 2. Кофейный напиток с молоком 3.Батон с маслом, яйцо 1/2 Яблоко/йогурт/банан	1.Салат из св. капусты, кукуруз/св.помидор 2.Свекольник со сметаной на к/б 2.Азус мясом говядиной 3. Сок фруктовый 4.Хлеб пшеничный	1.Кулеш пшеничный молочный 2. Чай с сахаром, с молоком 3.Домашнее печенье.\пряник
3 день 15.09.22	1.Каша пшеничная молочная 2.Какао с молоком 3.Батон с маслом,сыром Яблоко/йогурт/банан	1.Свежий помидор 2.Щи на к/б со сметаной 2.Биточки из мяса птицы Отварные рожки, соус 3.Компот из с/ф и шиповника+вит «С» 4.Хлеб пшеничный	1.Рыбные котлеты\Рыба тушенная с овощами 2 Гречка/Пирожок с картошкой 2.Чай с сахаром Вафля\пряник \печенье

4 день 16.09.22	1. Омлет\Каша геркулесовая 2. Чай с молоком 3. Батон с маслом Яблоко /Сок/банан	1. Свежий огурчик 2. Рассольник со сметаной на к/б 3. Котлета (мясо говядина 70%/птицы 30%) Гороховое пюре соус/рожки 4. Кисель+вит «С» 5. Хлеб пшеничный	1. Овощное рагу 2. Снежок\кефир с сахаром 3. Печенье
5 день 19.09.22	1. Каша ячневая молочная 2. Кофейный напиток с молоком 3. Батон с маслом 4. Сыр Яблоко/йогурт/банан	1. Салат «Зайчик»/св. помидор Суп овощной со сметаной на к/б 2. Картофельная запеканка (мясо говядина)(мясо птицы) 3. Компот из с/ф и шиповника+вит «С»/Фруктовый сок 4. Хлеб пшеничный	1. Плов фруктовый\ овощной 2. кефир с сахаром\снежок 3. Булочка "Венская"
6 день 20.09.22	1. Каша пшеничная молочная 2. Какао с молоком Отварное яйцо 1\2 3. Батон с маслом Яблоко/йогурт/банан	1. Салат из свеклы св.огурец 2. Суп гороховый /фасолевый на к/б 3. Зразы (мясо говядина 70%/птицы 30%) отварной рис и соус 4. Кисель+вит «С» 5. Хлеб пшеничный	1. Отварные макароны с сыром 2. Чай с молоком сахаром Вафля\пряник
7 день 21.09.22	1. Омлет\каша кукурузная 2. Чай с молоком 3. Батон с маслом, с сыром Яблоко/йогурт/банан	Свежий помидор 1. Свекольник на к/б со сметаной 2. Бигус с мясом говядины картофельным пюре 3. Компот из с/ф и шиповника +вит «С» 4. Хлеб пшеничный	Суп гречневый молочный\ сырники со сгущенным молоком молоком/повидлом 3. Чай
8 день 22.09.22	1. Каша геркулесовая молочная 2. Кофейный напиток с молоком 3. Батон с маслом, сыром 10 ⁰⁰ Яблоко/Сок\ банан\йогурт	1. Свежий огурец Рассольник на к\б со сметаной 3. Мясной рулет(мясо говядина/мясо птицы)+ Отварная вермишель+соус 4. Кисель+вит «С» 5. Хлеб пшеничный	Суп по Чешски с гренками 2. Чай с лимоном, сахаром 3. Пирог с повидлом
9 день	1. Каша ячневая молочная	1. Салат Витаминный (капуста,	1. Овощное рагу/Суп

23.09.22	2.Какао с м\олоком 3.Батон с маслом, яйцо 1\2 Яблоко/Сок/банан	морковь, растительный масло) 2.Суп «Харчо» на к/б со сметаной 3.Манты с маслом(30 мясо птицы,70% говядина) 4. Компот из с/ф и шиповника+вит «С»/Сок фруктовый 5.Хлеб пшеничный	молочный вермишелевый 2Кисель 3.Печенье
10день 26.09.22	1.Каша пшенная молочная 2.Чай с мол\оком 3.Батон с маслом,сыром Яблоко/йогурт/банан	Салат из св.капусты Суп лапша на к/б Мясо птицы порционно Отварной рис + соус Компот из с/ф и шиповника+вит «С» 4.Хлеб пшеничный	Суп рыбный из рыбных консервов с гренками/Пирожок с повидлом Чай с сахаром, лимоном