





|            |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09.12.2024 | Тары боткасы сүт / бидай сүті<br>Сүт пен қант қосылған шай / сүт пен қант қосылған Какао Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртка<br><b>10.00</b> қант қосылған айран / Банан / Йогурт / жеміс шырыны / алма / сүт / өрік жаңа                 | Қайнатылған қызылша салаты / Жаңа кияр / қызанақ / маринадталған кияр<br>Бұршак сорпасы ет сорпасында / көкөніс сорпасы / тұшпара сорпасы / Борш / қырыққабат сорпасы<br>Ет биточи / ет пен жұмыртқа қосылған Зраза / ет қосылған Палау / жалқау қырыққабат орамдары/вермишель / құс еті / қайнатылған мүйіздер / тұздық / картоп пюресі<br>С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты Бидай наны                  | Ет сорпасындағы "дала" сорпасы / қарақұмық сүт сорпасы / қоюландырылған сүт қосылған ірімшік торттары / джем / қоюландырылған сүт қосылған сүзбе-Жарма кәстрөлі / Джем<br>Қант шайы / қант және лимон шайы / айран<br>Вафли / Печенье / "Солтүстік"<br>Пряник / Кэмпит / "Вена"<br>Муфтасы / Бидай наны                                                                                          |
| 10.12.2024 | Сүт/ Геркулес/ жарма бидай боткасы<br>Сүт пен қант қосылған Какао / сүт пен қант қосылған кофе сусыны Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртка <b>10.00</b> қант қосылған айран / Банан / Йогурт / жеміс шырыны / алма / сүт / өрік жаңа / қар | Жаңа піскен қызанақ / Салат / жаңа кияр<br>Ет сорпасындағы бұршак сорпасы / ет сорпасындағы үйдегі кеспе сорпасы / ет сорпасындағы қаймақ қосылған "Чех" қызылша сорпасы / кеспе сорпасы<br>Қайнатылған тауықтар / қарақұмық / мүйіз / вермишель Картоп пюресі / қырыққабат бұқтырмасы / тұздық Ет қосылған Бигус / ет гуляш / құс еті / балық котлеті / ет қосылған Манта<br>С дәрумені бар кептірілген жеміс компоты Бидай наны | Балық консервіленген балық сорпасы / жаңа піскен балық сорпасы / қарақұмық сүт сорпасы Бидай наны<br>Вафли / Кэмпит / Печенье / Пряник "Солтүстік"<br>Қант қосылған шай/ қант пен лимон қосылған шай / желе / қант қосылған айран<br>"Қух" пирогы/ қырыққабат / картоп пирогы                                                                                                                    |
| 11.12.2024 | Достық" боткасы / "Артек" / манна Сүт пен қант қосылған Какао / сүт пен қант қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртка <b>10.00</b> қант қосылған айран / Банан / жеміс шырыны / алма                   | Тұздалған кияр салаты / Жаңа кияр<br>Ет сорпасында қаймақ қосылған "Харчо" сорпасы / ет сорпасында қаймақ қосылған қызылша сорпасы / қырыққабат сорпасы<br>Ет қосылған мантия / ет қосылған Пигоди/құс еті / мүйіз / вермишель/ тұшпара<br>С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты Бидай наны                                                                                                                   | Омлет / көкөніс бұқтырмасы / сүзбе кремi / қарақұмық сүт сорпасы / сүт вермишель сорпасы<br>Қант қосылған шай / қант пен лимон қосылған шай / қант қосылған айран<br>"Солтүстік" Пряник / Вафли / Печенье / картоп пирогы Бидай наны                                                                                                                                                             |
| 12.12.2024 | Геркулес боткасы / арпа сүт боткасы<br>Сүт пен қант қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртка <b>10.00</b> қант қосылған айран / Банан / Йогурт / жеміс шырыны / алма / сүт / өрік жаңа                 | Салат / жаңа піскен қызанақ / кияр / маринадталған кияр<br>Ет сорпасында бұршак сорпасы / ет сорпасында бұршак сорпасы / ет сорпасында тұшпара қосылған сорпа / қызылша<br>Ет гуляш / ет котлеті Қайнатылған қарақұмық / картоп пюресі / қайнатылған күріш / мүйіз / вермишель / ет гуляш / тұздық<br>С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты Бидай наны                                                        | Сүт вермишель сорпасы /қоюландырылған сүт / Джем қосылған сүзбе – маная кәстрөлі / үгітілген ірімшік қосылған қайнатылған конустар / Қант қосылған шай / қант пен лимон қосылған шай / С дәрумені бар жеміс желе Банан / Алма "Солтүстік" Пряник / Вафли / Печенье / Алма /Джем / сүзбе қосылған түйме                                                                                           |
| 13.12.2024 | Тары сүті / бидай сүті / жарма боткасы<br>Сүт пен қант қосылған Какао Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртка <b>10.00</b> қант қосылған айран / Банан / Йогурт / жеміс шырыны / алма / сүт / өрік жаңа                                       | Салат / кияр жаңа<br>"Дала" ет сорпасындағы бұршак сорпасы / қарақұмық сорпасы / қызылша<br>Жалқау қырыққабат орамдары / ет қосылған Палау / ет Фрикаделькалары / көкөністермен бұқтырылған балық Қайнатылған конустар / картоп пюресі / бұршак пюресі / қайнатылған күріш / конустар / вермишель / балық торттары / тұздық<br>С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты Бидай наны                               | Ірімшікпен пісірілген картоп / қайнатылған конустар / үгітілген ірімшік қосылған қайнатылған конустар / қоюландырылған сүт қосылған сүзбе-Жарма кәстрөлі / қарақұмық сорпасы Көкөніс уылдырығы / консервіленген цуккини<br>Қант қосылған шай / қант пен лимон қосылған шай / қант қосылған айран<br>"Солтүстік" Пряник / Вафли / Печенье /алма/сүзбе / Джем қосылған түймені ашыңыз Банан / Алма |





УТВЕРЖДАЮ

Директор

И.о.КГКК я/с «Алёнка»

Кареткина И.В

« 29 » 11 2024 г.

Перспективное двухнедельное меню  
С 02.12.2024 по 13.12.2024

| Дата                 | Завтрак                                                                                                                                                                                                                                                 | Обед                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Ужин                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 02.12.2024<br>1 день | Каша геркулесовая<br>кукурузная / манная<br>Какао с молоком и сахаром/ Кофейный напиток с молоком и сахаром<br>Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо<br>10.00 Кефир с сахаром / Банан / Фруктовый сок / Яблоко / Снежок               | Салат/ солёный огурец<br>Борщ со сметанойна мясном бульоне / Суп гречневый / Суп лапша / Суп по – Чешски<br>Мясо птицы порционно / Плов с мясом<br>Гречка отварная / Картофельное пюре / Рис отварной Соус<br>Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником /<br>Хлеб пшеничный                                                       | Каша манная молочная / Суп «Паутинка» / Омлет / Рожки отварные / Рожки отварные с тертым сыром / Рыбное суфле / Картофельное пюре / Вафли / Конфета / Печенье / Пряник «Северный» / Сдоба «Венская»<br>Кефир с сахаром / Снежок / Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном                                                           |
| 03.12.2024<br>2 день | Каша геркулесовая<br>Молочная/ Каша "Артек"<br>-Кофейный напиток с сахаром и молоком / Какао с молоком и сахаром<br>-Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо<br>10.00 Кефир с сахаром / Банан / / Фруктовый сок / Яблоко / Снежок       | Сала / Свежий огурец / Соленый огурец / Свекольник со сметаной на мясном бульоне / Суп лапша/ Щи на мясном бульоне со сметаной .<br>Азу по – татарски с мясом / Домашнее жаркое с мясом/ Картофельное пюре/ мясной гуляш/ мясо птицы порционно/ рожки/ вермишель<br>Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником<br>Хлеб пшеничный   | Кулеш пшеничный молочный / Рожки отварные с тертым сыром / овощное рагу/Творожно – манная запеканка со сгущенным молоком / повидлом<br>-Вафли / Конфета / Печенье / Пряник «Северный» / Домашнее печенье<br>-Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном                                                                                |
| 04.12.2024<br>3 день | Каша кукурузнаямолочная/ Каша рисовая молочная<br>Какао с молоком и сахаром / Чай с молоком и сахаром / Чай с сахаром<br>Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо<br>10.00Кефир с сахаром / Банан / / Фруктовый сок / Яблоко / Снежок    | Салат / Свежий огурец / Свежий помидор<br>-Суп с клецками на мясном бульоне/ Борщ со сметаной на мясном бульоне / Суп фасолеый со сметаной на мясном бульоне<br>-Мясные биточки / Мясной гуляш / Плов с мясом / Рыбная котлета / Рыба тушенная с овощами/ картофельное пюре<br>Рожки / Рис / Перловка Соус<br>-Компот<br>-Хлеб пшеничный | Ватрушка с творогом / повидлом / Пирожок с картошкой / повидлом / капустой/ творожно - манная запеканка со сгущёной/ Суп молочный гречневый<br>-Вафли / Конфета / Печенье / Пряник «Северный»<br>-Кефир с сахаром / Кисель / Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном /                                                              |
| 05.12.2024<br>4 день | Каша манная молочная/ рисовая молочная<br>-Кофейный напиток с молоком и сахаром / Какао с молоком и сахаром<br>-Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо<br>10.00Кефир с сахаром / Банан / Яблоко /Йогурт/ снежок                        | Салат / Свежий огурец<br>-Рассольник со сметаной на мясном бульоне<br>Котлета мясная /Гороховое пюре / Гречка отварная/Манты/Картофельное пюре / Рис отварной . Соус<br>-Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником / Компот из сухофруктов с витамин С / Кисель фруктовый с витамином С<br>Хлеб пшеничный                         | Овощное рагу / Картофельное пюре / Тушенная рыба с овощами / Тушенная капуста / Учпучмак с рыбой/ Омлет/ творожно- манная запеканка со сгущёной<br>-Кефир с сахаром / Снежок / Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном<br>-Вафли / Конфета / Печенье / Пряник «Северный» / Домашняя булочка / Пирожок с повидлом / Рогалик песочный |
| 06.12.2024<br>5 день | Каша ячневая молочная<br>-Кофейный напиток/ Какао с молоком и сахаром / Чай с сахаром и молоком<br>-Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо<br>10.00Кефир с сахаром / Банан / Йогурт / Фруктовый сок / Яблоко / Молоко / Абрикос свежий | Салат/ Салат из отварной свеклы<br>-Щи со сметаной на мясном бульоне / Суп овощной со сметаной на мясном бульоне<br>-Мясные биточки / Мясной гуляш / Картофельный рулет с мясом / Рулет с мясом и яйцом/ Гороховое / перловка Соус<br>Картофельное пюре<br>-Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником<br>Хлеб пшеничный           | Плов овощной / фруктовый / Манные биточки со сгущенным молоком / Омлет / Сырники со сгущенным молоком/пирожок с повидлом/кулеш пшённый молочный<br>-Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном/<br>-Вафли / Печенье / Пряник «Северный»                                                                                                |
|                      |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |



|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09.12.2024<br>6 день  | Каша пшеничная<br>молочная / пшеничная молочная<br>Чай с молоком и сахаром/ Какао с<br>молоком и сахаром<br>Батон с маслом / Батон с маслом и<br>сыром / Отварное яйцо<br><b>10.00</b> Кефир с сахаром / Банан / Йогурт<br>/ Фруктовый сок / Яблоко / Молоко /<br>Абрикос свежий                             | Салат из отварной свеклы / Свежий<br>огурец/помидор / Соленый огурец<br>-Суп гороховый на мясном бульоне/ Суп<br>овощной / Суп с клецками/ Борщ/ Щи<br>-Мясные биточки / Зрза с мясом и яйцом /<br>Плов с мясом / Ленивые голубцы/вермишель/<br>мясо птицы порционной/ Отварные рожки /<br>Соус/ Картофельное пюре<br>-Компот из сухофруктов с витамином С и<br>шиповником<br>Хлеб пшеничный                                                          | Суп «Полевой» на мясном бульоне<br>/ Суп молочный гречневый /<br>Сырники со сгущенным молоком /<br>повидлом / Творожно – манная<br>запеканка со сгущенным молоком /<br>повидлом<br>-Чай с сахаром / Чай с сахаром и<br>лимоном/ кефир<br>-Вафли / Печенье / Пряник<br>«Северный» / Конфета / Сдоба<br>«Венская» /<br>Хлеб пшеничный                                                            |
| 10.12.2024<br>7 день  | Каша пшеничная молочная/<br>геркулесовая/ манная<br>-Какао с молоком и сахаром /<br>Кофейный напиток с молоком и<br>сахаром<br>-Батон с маслом / Батон с маслом и<br>сыром / Отварное яйцо<br><b>10.00</b> Кефир с сахаром / Банан / Йогурт<br>/ Фруктовый сок / Яблоко / Молоко /<br>Абрикос свежий/ Снежок | Свежий помидор / Салат / Свежий огурец<br>-Суп фасолевый на мясном бульоне / Суп<br>лапша по – домашнему на мясном бульоне /<br>Суп по – «Чешски» Свекольник со сметаной<br>на мясном бульоне/ Суп лапша<br>-Отварные куры/ гречка/ рожки/вермишель<br>Картофельное пюре / Тушеная капуста/ Соус<br>Бигус с мясом / Мясной гуляш / Мясо птицы<br>порционно / Рыбная котлета / Манты с мясом<br>-Компот из сухофруктов с витамином С<br>Хлеб пшеничный | Суп рыбный из рыбных консерв /<br>Суп рыбный из свежей рыбы/ Суп<br>гречневый молочный<br>Хлеб пшеничный<br>-Вафли / Конфета / Печенье /<br>Пряник «Северный»<br>-Чай с сахаром/ Чай с сахаром и<br>лимоном / Кисель / Кефир с<br>сахаром<br>-Пирог «Кух» / Пирожок с<br>капустой/ картошкой                                                                                                   |
| 11.12.2024<br>8 день  | Каша «Дружба»/ "Артек"/ манная<br>-Какао с молоком и сахаром /<br>Кофейный напиток с молоком и<br>сахаром / Чай с молоком<br>-Батон с маслом / Батон с маслом и<br>сыром / Отварное яйцо<br><b>10.00</b> Кефир с сахаром / Банан /<br>Фруктовый сок / Яблоко /                                               | Салат Соленый огурец / Свежий огурец<br>-Суп «Харчо» со сметаной на мясном бульоне /<br>Свекольник со сметаной на мясном<br>бульоне/Щи<br>-Манты с мясом / Пигоди с мясом/мясо птицы<br>порционной/ рожки/вермишель/ Пельмени<br>-Компот из сухофруктов с витамином С и<br>шиповником<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                               | Омлет / Овощное рагу /<br>Творожный крем / Суп гречневый<br>молочный / Суп молочный<br>вермишелевый<br>-Чай с сахаром / Чай с сахаром и<br>лимоном / Кефир с сахаром<br>-Пряник «Северный» / Вафли /<br>Печенье/ Пирожок с картошкой<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                         |
| 12.12.2024<br>9 день  | Каша геркулесоваямолочная / Каша<br>ячневая молочная<br>-Кофейный напиток с молоком и<br>сахаром / Чай с молоком<br>-Батон с маслом / Батон с маслом и<br>сыром / Отварное яйцо<br><b>10.00</b> Кефир с сахаром / Банан / Йогурт<br>/ Фруктовый сок / Яблоко / Молоко /<br>Абрикос свежий                    | Салат / Свежий помидор / огурец / Соленый<br>огурец<br>-Суп гороховый на мясном бульоне / Суп<br>фасолевый на мясном бульоне / Суп с<br>клецками на мясном бульоне/ Свекольник<br>-Мясной гуляш / Котлета мясная<br>Отварная гречка / Картофельное пюре /<br>Отварной рис / рожки/ вермишель/ Мясной<br>гуляш/ Соус<br>-Компот из сухофруктов с витамином С и<br>шиповником<br>Хлеб пшеничный                                                         | Суп молочный вермишелевый /<br>Творожно – манная запеканка со<br>сгущенным молоком /повидлом /<br>Отварные рожки с тертым сыром /<br>-Чай с сахаром / Чай с сахаром и<br>лимоном / Кисель фруктовый с<br>витамином С<br>Банан / Яблоко<br>-Пряник «Северный» / Вафли /<br>Печенье / Расстегай с яблоком /<br>повидлом /творогом                                                                |
| 13.12.2024<br>10 день | Каша пшеничная молочная / пшеничная<br>молочная / манная<br>Какао с молоком и сахаром<br>Батон с маслом / Батон с маслом и<br>сыром / Отварное яйцо<br><b>10.00</b> Кефир с сахаром / Банан / Йогурт<br>/ Фруктовый сок / Яблоко / Молоко /<br>Абрикос свежий                                                | Салат / Огурец свежий<br>Суп гороховый на мясном бульоне<br>«Полевой» / Суп гречневый/ Свекольник<br>Ленивые голубцы / Плов с мясом / Тефтели<br>мясные / Тушеная рыба с овощами<br>Отварные рожки / Картофельное пюре /<br>Гороховое пюре / Отварной рис/ рожки/<br>вермишель/ рыбные котлеты<br>соус<br>Компот из сухофруктов с витамином С и<br>шиповником<br>Хлеб пшеничный                                                                       | Картофель запеченный с сыром /<br>Отварные рожки / Отварные рожки<br>с тертым сыром / Творожно –<br>манная запеканка со сгущенным<br>молоком/ Суп гречневый<br>Икра овощная / кабачковая вареная<br>консервированная<br>-Чай с сахаром / Чай с сахаром и<br>лимоном / Кефир с сахаром<br>-Пряник «Северный» / Вафли /<br>Печенье / Расстегай с яблоком<br>/творогом/повидлом<br>Банан / Яблоко |