

УТВЕРЖДАЮ

Директор

«Снегурочка»
Голубцова В.С.

01 2026 г

Перспективное четырехнедельное меню
С 09.01.2026 по 05.02.2026

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
09.01.2026 Пятница 1 - ый день	Каша пшеничная молочная Цикорий с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Лимонный напиток	Салат из свежей моркови на растительном масле Суп перловый на мясном бульоне Мясная котлета Отварная гречка Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Омлет Какао с молоком
12.01.2026 Понедельник 2 - ой день	Каша геркулесовая молочная Какао с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Йогурт	Салат из отварной свеклы на растительном масле Суп лапша на мясном бульоне Отварные куры Отварная вермишель Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Картофель запеченный с сыром Чай с сахаром
13.01.2026 Вторник 3 - ий день	Суп молочный вермишелевый Чай с молоком и сахаром Батон с маслом и сыром 10.00 Молоко	Салат из свежей моркови на растительном масле Свекольник со сметаной на мясном бульоне Мясная зраза с яйцом Картофельное пюре Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Пирог «Кух» Какао с молоком
14.01.2026 Среда 4 - ый день	Каша ячневая молочная Цикорий с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Лимонный напиток	Салат из отварной свеклы на растительном масле Суп гороховый на мясном бульоне Домашнее жаркое с мясом Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Плов овощной Рогалик песочный Какао с молоком

15.01.2026 Четверг 5 – ый день	Каша кукурузная молочная Какао с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Йогурт	Свежий огурец Борщ со сметаной на мясном бульоне Мясные биточки Отварная гречка Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Омлет Лимонный напиток
16.01.2026 Пятница 6 – ой день	Каша рисовая молочная Чай с молоком и сахаром Батон с маслом и сыром 10.00 Яблоко	Свежий помидор Суп «Полевой» на мясном бульоне Бигус с мясом Отварные рожки Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Суп «Паутинка» на мясном бульоне Пирожок с картошкой Лимонный напиток
19.01.2026 Понедельник 7 – ой день	Каша «Артек» (пшеничная + ячневая крупы) молочная Цикорий с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Кефир с сахаром	Салат из свежей моркови на растительном масле Суп фасолевый со сметаной на мясном бульоне Мясная котлета Отварная гречка Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Суп гречневый на мясном бульоне Хлеб пшеничный Какао с молоком
20.01.2026 Вторник 8 – ой день	Каша кукурузная молочная Какао с молоком и сахаром Батон с маслом и сыром 10.00 Лимонный напиток	Салат из отварной свеклы на растительном масле Суп лапша по «Чешски» с яйцом на мясном бульоне Плов с мясом Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Пирог «Кух» Чай с сахаром
21.01.2026 Среда 9 – ый день	Каша геркулесовая молочная Чай с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Яблоко	Салат из свежей моркови на растительном масле Суп «Харчо» со сметаной на мясном бульоне Мясная тефтеля Отварная вермишель Соус	Омлет Какао с молоком

		Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	
22.01.2026 Четверг 10 – ый день	Каша пшенная молочная Цикорий с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Яблочный напиток	Свежий огурец Щи со сметаной на мясном бульоне Тушеная рыба под овощами Картофельное пюре Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Плов овощной Пряник домашний Лимонный напиток

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
23.01.2026 Пятница 1 - ый день	Каша кукурузная молочная Какао с молоком и сахаром Батон с маслом и сыром 10.00 Напиток «Каркаде»	Салат из свежей моркови и свежей капусты на растительном масле Свекольник на мясном бульоне Картофельный рулет Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Сдоба «Венская» Суп молочный гречневый Лимонный напиток
26.01.2026 Понедельник 2 – ой день	Каша «Артек» (пшеничная + ячневая крупы) молочная Цикорий с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Йогурт	Салат из свежей моркови на растительном масле Суп лапша на мясном бульоне Отварные куры Отварной рис Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Овощное рагу Хлеб пшеничный Чай с сахаром
27.01.2026 Вторник 3 – ий день	Каша ячневая молочная Чай с молоком и сахаром Батон с маслом Отварное яйцо 10.00 Яблоко	Салат из отварной свеклы на растительном масле Суп перловый на мясном бульоне Мясные биточки Отварная гречка Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Суп гречневый на мясном бульоне Пирожок с картошкой Какао с молоком
28.01.2026 Среда 4 – ый день	Каша пшеничная молочная Какао с молоком и сахаром Батон с маслом	Салат из свежей моркови на растительном масле Борщ со сметаной на мясном бульоне Манты	Картофельное пюре Тушеная капуста Лимонный напиток

	10.00 Ягодный напиток	Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	
29.01.2026 Четверг 5 – ый день	Каша пшенная молочная Цикорий с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Яблоко	Свежий огурец Суп лапша на мясном бульоне Мясная котлета Отварная перловка Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Творожная запеканка со сметанным соусом Чай сладкий
30.01.2026 Пятница 6 – ой день	Каша геркулесовая молочная Чай с молоком и сахаром Батон с маслом и сыром 10.00 Лимонный напиток	Свежий помидор Суп гороховый на мясном бульоне Рыба под овощами Картофельное пюре Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Плов овощной Какао с молоком
02.02.2026 Понедельник 7 – ой день	Суп молочный гречневый Какао с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Яблочный напиток	Салат из свежей моркови на растительном масле Суп по – Чешски с яйцом и со сметаной на мясном бульоне Плов с мясом Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Самса с мясом и картошкой Лимонный напиток
03.02.2026 Вторник 8 – ой день	Каша «Дружба» (рисовая + пшенная крупы) на молоке Цикорий с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Яблоко	Салат из отварной свеклы на растительном масле Суп «Крестьянский» на мясном бульоне Ленивые голубцы Картофельное пюре Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Сдоба «Венская» Кефир с сахаром
04.02.2026 Среда 9 – ый день	Каша кукурузная молочная Чай с молоком и сахаром Батон с маслом	Салат из свежей моркови и свежей капусты на растительном масле Суп с клецками на мясном бульоне Мясная тефтеля Отварная гречка	Картофель запеченный с сыром Какао с молоком

	10.00 Напиток «Каркаде»	Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	
05.02.2026 Четверг 10 – ый день	Каша «Артек» (пшеничная + ячневая крупы) молочная Какао с молоком и сахаром Батон с маслом 10.00 Банан	Свежий огурец Щи со сметаной на мясном бульоне Пигоди с мясом Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Суп «Полевой» на мясном бульоне Хлеб пшеничный Лимонный напиток

БЕКІТЕМІН
«Снегурочка» б/ж КМҚК-нің
директоры
В.С. Голубцова
09 01 2026 ж.

09.01.2026 бастап 05.02.2026 дейін
төрт апталық мәзір жоспары

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
09.01.2026 Жұма 1 – ші күн	Сүтті бидай ботқасы Сүт және қант қосылған цикорий Май қосылған батон 10.00 Лимон сусыны	Өсімдік майындағы жаңа піскен сәбізден жасалған салат Етті сорпадағы арпа сорпасы Етті котлета Пісірілген қарақұмық Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот Бидай наны	Омлет Сүт қосылған какао
12.01.2026 Дүйсенбі 2 – ші күн	Сүтті геркулес ботқасы Сүт және қант қосылған какао Май қосылған батон 10.00 Йогурт	Өсімдік майындағы пісірілген қызылшадан жасалған салат Ет сорпасындағы кеспе сорпасы Пісірілген тауықтар Қайнатылған вермишель Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ	Ірімшік қосылған бұттырылған картоп Қант қосылған шай

		жемістерден жасалған компот Бидай наны	
13.01.2026 Сейсенбі 3 – ші күн	Сүтті вермишель сорпасы Сүт және қант қосылған шай Май және ірімшік қосылған батон 10.00 Сүт	Өсімдік майындағы жаңа піскен сәбізден жасалған салат Ет сорпасындағы қаймағы бар қызылша Жұмыртқа қосылған ет зразасы Картоп пюресі Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот Бидай наны	«Кух» бәліші Сүт қосылған какао
14.01.2026 Сәрсенбі 4 – ші күн	Сүтті арпа ботқасы Сүт және қант қосылған цикорий Май қосылған батон 10.00 Лимон сусыны	Өсімдік майындағы пісірілген қызылшадан жасалған салат Ет сорпасындағы бұршақ сорпасы Ет қосылған үйдегідей қуыру С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот Бидай наны	Көкөніс палауы Песочный роғалик Сүт қосылған какао
15.01.2026 Бейсенбі 5 – ші күн	Сүтті жүгері ботқасы Сүт және қант қосылған какао Май қосылған батон 10.00 Йогурт	Жаңа піскен қияр Ет сорпасындағы қаймағы бар борщ Етті биточки Пісірілген қарақұмық Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот Бидай наны	Омлет Лимон сусыны
16.01.2026 Жұма 6 – ші күн	Сүтті күріш ботқасы Сүт және қант қосылған шай Май және ірімшік қосылған батон 10.00 Алма	Жаңа піскен қызанақ Ет сорпасындағы «Полевой» сорпасы Ет қосылған бигус Қайнатылған рожки С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот	Ет сорпасындағы «Паутинка» сорпасы Картоп қосылған бәліш Лимон сусыны

19.01.2026 Дүйсенбі 7 – ші күн	Сүтті «Артек» ботқасы (бидай + арпа жармасы) Сүт және қант қосылған цикорий Май қосылған батон 10.00 Қант қосылған айран	Бидай наны Өсімдік майындағы жаңа піскен сәбізден жасалған салат Ет сорпасында қаймағы бар фасоль сорпасы Етті котлета Пісірілген қарақұмық Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот Бидай наны	Ет сорпасындағы қарақұмық сорпасы Бидай наны Сүт қосылған какао
20.01.2026 Сейсенбі 8 – ші күн	Сүтті жүгері ботқасы Сүт және қант қосылған какао Май және ірімшік қосылған батон 10.00 Лимон сусыны	Өсімдік майындағы пісірілген қызылшадан жасалған салат Ет сорпасында жұмыртқасы бар «Чех» бойынша кеспе сорпасы Ет қосылған палау С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот Бидай наны	«Кух» бәліші Қант қосылған шай
21.01.2026 Сәрсенбі 9 – ші күн	Сүтті геркулес ботқасы Сүт және қант қосылған шай Май қосылған батон 10.00 Алма	Өсімдік майындағы жаңа піскен сәбізден жасалған салат Ет сорпасында қаймағы бар «Харчо» сорпасы Етті тефтеля Қайнатылған вермишель Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот Бидай наны	Омлет Сүт қосылған какао
22.01.2026 Бейсенбі 10 – ші күн	Сүтті тары ботқасы Сүт және қант қосылған цикорий Май қосылған батон 10.00 Алма сусыны	Жаңа піскен кияр Ет сорпасындағы қаймағы бар щи Көкөністердің астындағы бұқтырылған балық Картоп пюреі С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот	Көкөніс палауы Үйдегідей пряник Лимон сусыны

	Бидай наны	
--	------------	--

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
23.01.2026 Жұма 1 – ші күн	Сүтті жүгері ботқасы Сүт және қант қосылған какао Май және ірімшік қосылған батон 10.00 «Каркаде» сусыны	Өсімдік майындағы жаңа піскен сәбіз және жаңа піскен қырыққабаттан салат Ет сорпасындағы свекольник Картоп рулеті Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден компот Бидай наны	«Венская» қосындысы Қарақұмық сүтті сорпасы Лимон сусыны
26.01.2026 Дүйсенбі 2 – ші күн	«Артек» сүтті ботқасы (бидай + арпа жармасы) Сүт және қант қосылған цикорий Май қосылған батон 10.00 Йогурт	Өсімдік майындағы жаңа піскен сәбізден салат Ет сорпасындағы кеспе сорпасы Пісірілген тауықтар Пісірілген күріш Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден компот Бидай наны	Көкөніс рагу Бидай наны Қант қосылған шай
27.01.2026 Сейсенбі 3 – ші күн	Сүтті арпа ботқасы Сүт және қант қосылған шай Май қосылған батон Қайнатылған жұмыртқа 10.00 Алма	Өсімдік майындағы пісірілген қызылшадан салат Етті сорпадағы арпа сорпасы Ет биточкалары Пісірілген қарақұмық Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден компот Бидай наны	Ет сорпасындағы қарақұмық сорпасы Картоп қосылған бөліш Сүт қосылған какао
28.01.2026 Сәрсенбі 4 – ші күн	Сүтті бидай ботқасы Сүт және қант қосылған какао Май қосылған батон 10.00 Жидек сусыны	Өсімдік майындағы жаңа піскен сәбізден салат Ет сорпасындағы қаймағы бар борщ Манты С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден компот Бидай наны	Картоп пюресі Бұқтырылған қырыққабат Лимон сусыны
29.01.2026 Бейсенбі	Сүтті тары ботқасы	Жаңа піскен қияр	Қаймақ тұздығы бар сүзбе тоқаш

5 – ші күн	Сүт және қант қосылған цикорий Май қосылған батон 10.00 Алма	Ет сорпасындағы кеспе сорпасы Етті котлета Қайнатылған арпа Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден компот Бидай наны	Тәтті шай
30.01.2026 Жұма 6 – ші күн	Сүтті геркулес ботқасы Сүт және қант қосылған шай Май және ірімшік қосылған батон 10.00 Лимон сусыны	Жаңа піскен қызанақ Ет сорпасындағы бұршақ сорпасы Көкөніс астындағы балық Картоп пюресі С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден компот Бидай наны	Көкөніс палауы Сүт қосылған какао
02.02.2026 Дүйсенбі 7 – ші күн	Қарақұмық сүтті сорпасы Сүт және қант қосылған какао Май қосылған батон 10.00 Алма сусыны	Өсімдік майындағы жаңа піскен сәбізден салат Ет сорпасында жұмыртқа және қаймақ қосылған Чехия бойынша сорпа Ет қосылған палау С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден компот Бидай наны	Ет және картоп қосылған самса Лимон сусыны
03.02.2026 Сейсенбі 8 – ші күн	«Дружба» сүттегі ботқасы (күріш + тары жармасы) Сүт және қант қосылған цикорий Май қосылған батон 10.00 Алма	Өсімдік майындағы пісірілген қызылшадан салат Ет сорпасындағы «Крестьянский» сорпасы Жалқау голубцы Картоп пюресі Тұздық С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден компот Бидай наны	«Венская» қосындысы Қант қосылған айран
04.02.2026 Сәрсенбі 9 – ші күн	Сүтті жүгері ботқасы Сүт және қант қосылған шай Май қосылған батон 10.00 «Каркаде» сусыны	Өсімдік майындағы жаңа піскен сәбіз және жаңа піскен қырықабаттан салат Ет сорпасындағы клецки сорпасы Етті тефтеля Пісірілген қарақұмық Тұздық	Ірімшік қосылған бұқтырылған картоп Сүт қосылған какао

		С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден компот Бидай наны	
05.02.2026 Бейсенбі 10 – ші күн	«Артек» сүтті ботқасы (бидай + арпа жармасы) Сүт және қант қосылған какао Май қосылған батон 10.00 Банан	Жаңа піскен қияр Ет сорпасындағы қаймағы бар иди Ет қосылған пигоди С дәрумені және итмұрын қосылған құрғақ жемістерден компот Бидай наны	Ет сорпасындағы «Полевой» сорпасы Бидай наны Лимон сусыны