

Утверждено:

И.О. Директора КГКП «Ясли сад «Акбота»
Лёвина И.В.

2023 год



Перспективное меню 2-4 недели

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<p>Завтрак 1. Каша молочная ячневая/геркулесовая 150\200 2. Хлеб с маслом, сыром 35\45 3. Чай с сахаром 150\200</p> <p>Второй завтрак 1. Сок натуральный 150\100 2. Яблоко 150\100</p> <p>Обед 1. помидоры свежие порционно 40\60 2. Щи со сметаной 150\200 3. Гречка с курицей 200\230 4. Хлеб 50\70 5. Компот из сух\фр 150\200</p> <p>Ужин 1. Булочка 40\50 2. Чай с сахаром 150\200</p>	<p>Завтрак 1. Каша молочная «дружба» 150\200 2. Хлеб с маслом 28\35 3. Чай с молоком 150\200</p> <p>Второй завтрак 1. Сок натуральный 150\100 2. Банан 150\100</p> <p>Обед 1. салат «Зайчик» 40\60 2. Суп гороховый 150\200 3. Тефтели с рисом 70\90 4. Картофельное пюре/тушенная капуста 120\150 5. Хлеб 50\70 6. Компот из сух\фр 150\200</p> <p>Ужин 1. Печенье 40\50 2. Кисель 150\200</p>	<p>Завтрак 1. Каша молочная гречневая 150\200 2. Хлеб с маслом с сыром 35\45 3. Чай с сахаром 150\200</p> <p>Второй завтрак 1. Сок натуральный 150\100 2. Яблоко 150\100</p> <p>Обед 1. Салат из отвар. свеклы с луком на р/м 40\60 2. Суп картофельный с клецками 150\200 3. Голубцы ленивые 200\230 4. Хлеб 50\70 5. Компот из сух\фр 150\200</p> <p>Ужин 1. Запеканка творожно-манная 120\150 2. Чай с сахаром 150\200</p>	<p>Завтрак 1. Каша молочная геркулес. 150\200 2. Хлеб с маслом с сыром 35\45 3. Какао с молоком 150\200</p> <p>Второй завтрак 1. Сок натуральный 150\100 2. Банан 150\100</p> <p>Обед 1. с.из помидор и огурцов на р/м 40\60 2. Суп «харчо» 150\200 3. Азу с мясом 200\230 4. Хлеб 50\70 5. Компот из сух\фр 150\200</p> <p>Ужин 1. Котлеты рыбные с соусом на т\п 80\120 2. Макароны отварные 120\150 3. Чай с сахаром 150\200</p>	<p>Завтрак 1. Каша молочная ячневая 150\200 2. Хлеб с маслом 28\35 3. Чай с молоком 150\200</p> <p>Второй завтрак 1. Сок натуральный 150\100 2. Яблоко 150\100</p> <p>Обед 1. Салат из помидор с луком на р/м 40\60 2. Суп полевой с гречками 150\200 3. Манты/пельмени 140\180 4. Хлеб 50\70 5. Компот из сух\фр 150\200</p> <p>Ужин 1. Пряник 40\50 2. Кефир 150\200</p>

Исл.: мед сестра



Перспективное меню 1-3 недели

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<p>Завтрак 1. Каша молочная манная /геркулесовая 150\200 2. Хлеб с маслом, сыром 35\45 3. Чай с сахаром 150\200</p> <p>Второй завтрак 1. Сок натуральный 150\100 2. Яблоко 150\100</p> <p>Обед 1. салат из св огурцов с луком на р\м 40\60 2. Борщ со сметаной 150\200 3. Плов 200\230 4. Хлеб 50\70 5. Компот из сух\фр 150\200</p> <p>Ужин 1. Печенье 40\50 2. Какао с молоком 150\200</p>	<p>Завтрак 1. Каша молочная пшеничная 150\200 2. Хлеб с маслом 28\35 3. Чай с молоком 150\200</p> <p>Второй завтрак 1. Сок натуральный 150\100 2. Банан 150\100</p> <p>Обед 1. салат из св. помидор с луком на р\м 40\60 2. Расольник со сметаной 150\200 3. Котлета с соусом 80\120 4. Картофельное пюре 120\150 5. Хлеб 50\70 6. Компот из сух\фр 150\200</p> <p>Ужин 1. Булочка 40\50 2. Кисель 150\200</p>	<p>Завтрак 1. Каша молочная кукурузная 150\200 2. Хлеб с маслом 28\35 3. Какао с молоком 150\200</p> <p>Второй завтрак 1. Сок натуральный 150\100 2. Яблоко 150\100</p> <p>Обед 1. Салат из моркови с луком на р\м 40\60 2. Суп гороховый 150\200 3. Гуляш с мясом 80\100 4. Макароны отварные 120\150 5. Хлеб 50\70 6. Компот из сух\фр 150\200</p> <p>Ужин 1. Запеканка творожно-манная 120\150 2. Чай с сахаром 150\200</p>	<p>Завтрак 1. Каша молочная геркулес. 150\200 2. Хлеб с маслом 28\35 3. Чай с молоком 150\200</p> <p>Второй завтрак 1. Сок натуральный 150\100 2. Банан 150\100</p> <p>Обед 1. с.из помидор и огурцов на р\м 40\60 2. Свекольник со сметаной 150\200 3. Жаркое по домашнему 200\230 4. Хлеб 50\70 5. Компот из сух\фр 150\200</p> <p>Ужин 1. Котлеты рыбные с соусом на т\п 80\120 2. Рис отварной 120\150 3. Чай с сахаром 150\200</p>	<p>Завтрак 1. Каша молочная пшеничная 150\200 2. Хлеб с маслом, сыром 35\45 3. Чай с сахаром 150\200</p> <p>Второй завтрак 1. Сок натуральный 150\100 2. Яблоко 150\100</p> <p>Обед 1. Салат из отварн. свеклы с луком на р\м 40\60 2. Суп овощной с гречками 150\200 3. Пигоди/пьян-си 140\180 4. Хлеб 50\70 5. Компот из сух\фр 150\200</p> <p>Ужин 1. Пряник 40\50 2. Кефир 150\200</p>

Исл.: мед сестра