

Утверждаю

Директор КГКП «Ясли-сад  
«Берёзка»

Ихсанова В.Р. *В.Р. Ихсанова*

«02» 10 2023г.

Перспективное двухнедельное меню  
с 2 октября 2023 года по 13 октября 2023 года

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
02.10. 2023 Понедельник	Каша манная/Артек молочная Какао/цикорий/чай с молоком Батон с маслом/сыром/яйцо отварное  10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	Салат морковный/свекольный/свежий огурец/помидор Щи на к/б/Рассольник на к/б Гуляш (куры/говядина)/мясо птицы порционно с гречневым гарниром Соус Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий Хлеб пшеничный	Суп молочный вермишелевый Чай сладкий/с лимоном/с молоком Крендель с сахаром/ватрушка с творогом/ расстегаи с яблоком/кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
03.10. 2023 Вторник	Каша пшеничная/рисовая молочная Какао/цикорий/чай с молоком Батон с маслом/сыром/яйцо отварное  10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	Салат из капусты, моркови и кукурузы/свежий огурец/помидор/солёный огурец Суп с клецками/суп гороховый на к/б Котлета/тефтели мясная (50% куры, 50% говядина) с картофельным пюре Соус Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий Хлеб пшеничный	Творожно-манная запеканка/сырники со сгущенным молоком/повидлом/рож ки с сыром/ яйцом Чай сладкий/с лимоном/с молоком Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
04.10. 2023 Среда	Каша ячневая/пшеничная молочная Какао/цикорий/чай с молоком Батон с маслом/сыром/яйцо отварное  10 часов – яблоки, бананы, сок	Свежий огурец/помидор/салат свекольный/солёный огурец Рассольник/суп по Чешски на к/б Манты (50% кури, 50% говядина) Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий Хлеб пшеничный	Овощное рагу/Суп «Паутинка» на к/б Чай сладкий/с лимоном/с молоком Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)

	фруктовый, йогурт, кефир, снежок		
05.10.2023 Четверг	Каша геркулесовая/кукурузная молочная Какао/цикорий/чай с молоком Батон с маслом/сыром/яйцо отварное  10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	Свежий огурец/помидор/салат морковный/ салат из моркови и зелёного горошка /солёный огурец Лапша домашняя/суп Крестьянский/Щи на к/б Биточки мясные (50% кури, 50% говядина) с гороховым/картофельным пюре Соус Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий Хлеб пшеничный	Плов фруктовый/овощной/суп рисовый молочный Чай сладкий/с лимоном/с молоком Печенье домашнее/кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
06.10.2023 Пятница	Каша пшеничная/рисовая молочная Какао/цикорий/чай с молоком Батон с маслом/сыром/яйцо отварное  10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	Салат «Витаминный»/свежий огурец/помидор/солёный огурец Суп с яйцом и зелёным горошком / фасолевый на к/б Учпучмаки с мясом (50% кури, 50% говядина)/ Гуляш (кури/говядина) с гречневым/перловым гарниром Соус Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий Хлеб пшеничный	Творожно-манная запеканка/сырники со сгущённым молоком/повидлом/Макароны, запечённые с яйцом Чай сладкий/с лимоном/с молоком Булочка домашняя/кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
09.10.2023 Понедельник	Каша «Дружба»/ячневая молочная Какао/цикорий/чай с молоком Батон с маслом/сыром/яйцо отварное  10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	Икра кабачковая/овощная/салат из моркови с зелёным горошком/из капусты, моркови и кукурузы/ свежий огурец/помидор/солёный огурец Борщ/Свекольник на к/б Зразы/биточки мясные (50% кури, 50% говядина) с картофельным пюре/рисовым гарниром/капустой тушёной Соус	Рожки отварные с сыром/с яйцом/суп рыбный из рыбных консерв/свежей рыбы/суп «Паутинка» на к/б Чай сладкий/с лимоном/с молоком Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)/Сдоба «Венская»/Пирожок с повидлом/картошкой

		Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий Хлеб пшеничный	
10.10.2023 Вторник	Каша манная/пшеничная молочная Какао/цикорий/чай с молоком Батон с маслом/сыром/яйцо отварное  10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	Свежий огурец/помидор/салат свекольный/солёный огурец Суп овощной/суп с клецками на к/б Плов мясной (куры, говядина)/биточки/котлета мясная (50% курицы, 50% говядины) с рисовым/гречневым гарниром Соус Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий Хлеб пшеничный	Суфле рыбное/котлета рыбная/рыба тушёная с овощами с картофельным пюре/кулеш пшеничный молочный Чай сладкий/с лимоном/с молоком Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
11.10.2023 Среда	Каша «Артек»/геркулесовая молочная Какао/цикорий/чай с молоком Батон с маслом/сыром/яйцо отварное  10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	Салат из капусты, моркови и зелёного горошка/ свежий огурец/помидор/солёный огурец Свекольник/Лапша домашняя/суп фасолевый на к/б Домашнее жаркое (куры, говядина)/Рулет мясной (50% курицы, 50% говядины) с гречневым гарниром/Котлета рыбная с рожками отварными Соус Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий Хлеб пшеничный	Суп рисовый молочный/плов овощной/фруктовый/салат морковный/картофельное пюре Чай сладкий/с лимоном/с молоком Хачапури с сыром/рогалик песочный/пирожок с повидлом/кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
12.10.2023 Четверг	Каша геркулесовая/манная/рисовая молочная Какао/цикорий/чай с молоком Батон с маслом/сыром/яйцо отварное  10 часов – яблоки,	Свежий огурец/помидор/салат «Витаминный»/солёный огурец Щи/суп гороховый/Борщ на к/б Гуляш (куры/говядина)/ мясо птицы порционно с гречневым/перловым гарниром/рожками	Суп «Полевой» на к/б/Омлет Чай сладкий/с лимоном/с молоком Пирожок с картофелем/капустой/повидлом/кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)

	бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	отварными Соус Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий Хлеб пшеничный	
13.10. 2023 Пятн ица	Каша ячневая/«Дружба» молочная Какао/цикорий/чай с молоком Батон с маслом/сыром/яйцо отварное  10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	Салат морковный/свежий огурец/помидор/салат из капусты, моркови и кукурузы Суп харчо/Щи/Борщ на к/б Рулет /зразы/тефтели мясные (50% кури, 50% говядина) с картофельным пюре и капустой тушёной/рожками отварными/рисовым гарниром Соус Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий Хлеб пшеничный	Творожно-манная запеканка/сырники со сгущённым молоком/повидлом/Омл ет Чай сладкий/с лимоном/с молоком Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)/расстегаи с повидлом/яблоками/соч ни с творогом