УТВЕРЖДАЮ
Руководитель ГККП «Ясли – сад «Акбота»
г.Акколь отдела образования по Аккольскому району
Мынбаева А.Е.
«01» июня 2026 г

Перспективное сезонное четырехнедельное меню для организации питания детей дошкольного возраста в санаторных группах ГККП «Ясли – сад «Акбота» Аккольского района г.Акколь (Лето-осень)

Перспективное четырехнедельное сезонное меню санаторные Ясли сад «Акбота»
Лето-осень 2026г.
1 неделя

Понедельник 1 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3лет	3-6лет
Завтрак	Каша овсяная молочная	Молоко овсяная крупа, масло сливочное сахар ,соль йодированная	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Какао с молоком	Какао- порошок, сахар, молоко (пром.пр.)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Палочки из моркови и огурца	Свежие огурцы и морковь	30	40
	Суп рисовый с овощами на к/б	Костный бульон , рисовая крупа,картофель, морковь,лук репчатый, масло сливочное,сметана (пром.пр.), помидоры	150	200
	Гуляш из говядины	Мясо говядины, морковь,лук репчатый, масло сливочное (пром.пр.),	50	60
	Макароны отварные	Макароны, соль иодированная, масло сливочное	100	120
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты (пром.пр.), сахар, вода питьевая	150	180
Полдник	Печенье «Крокет»	Печенье «Крокет» (пром.пр.)	30	40
	Молоко	Молоко промышленного производства	180	200
Ужин	«Ежики»Куриные	Филе куриной грудки, рисовая крупа, лук репчатый,масло растительное,соль йодированная	50	60
	Картофельно- морковное пюре	Картофель, морковь, молоко(пром.произв.) ,соль йодированная	100	130
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток из яблок	Яблоки, сахар	150	180
2 ужин	Молоко	Молоко кипяченное	150	180

Вторник 1 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3лет	3-6лет
Завтрак	Каша пшеничная молочная	Крупа пшеничная, молоко (пром.пр) масло сливочное, сахар, соль йодированная.	150	180
	Масло сливочное	Масло сливочное	4	5
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Какао с молоком	Какао- порошок, сахар, молоко (пром.пр.)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Салат из свежей капусты с морковью	Свежая белокочанная капуста, морковь, соль йодированная, масло растительное	30	40
	Суп гороховый	Куриный бульон, горох,картофель,лук репчатый ,морковь,масло сливочное (пром.пр.)	150	200
	Тефтели рыбные	Филе с/м рыбы «Минтай» , рисовая крупа , молоко(пром.пр.), масло сливочное (пром.пр.),соль иодированная	50	60
	Перловка с овощами	Перловая крупа, масло растительное,лук репчатый, морковь, соль иодированная	100	120
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из свежих яблок	Сухофрукты, сахар, вода питьевая, лимон.	150	180
Полдник	Творожно-яблочный пирог	Яйцо, сахар, яблоки,мука пшеничная фортифицированная, молоко,масло сливочное,творог, дрожжи,соль иодированная	50	50
	Напиток «Денсаулық»	Лимон , яблоки сахар,вода питьевая	150	200
Ужин	Лапшевник с отварным мясом	Мясо говядины, макароны,лук репчатый, масло сливочное (пром.пр.),яйцо куриное,соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток из лимона	Лимон, сахар	150	200
2 Ужин	Молоко	Молоко кипяченное	150	180

Среда 1 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3лет	3-6лет
Завтрак	Каша рисовая молочная	Молоко (пром.пр.),рисовая крупа ,соль йодированная, сахар.	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Напиток с лимоном	Лимон , сахар,вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Салат «Летний»	Помидоры свежие,огурцы свежие, лук зеленый,соль иодированная ,масло растительное	30	40
	Борщ на к\б	Бульон костный, капуста белокочанная, свекла, масло сливочное картофель, лук репчатый морковь, томатное пюре ,соль иодированная.	150	200
	Овощная запеканка с фаршем курятины	Филе курятины, кабачок свежий, лук репчатый, яйцо куриное,кефир, сыр п/твердый ,соль иодированная ,масло растительное, гречневая крупа	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Напиток из кураги	Курага сушеная,сахар,вода питьевая	150	180
Полдник	Тыквенные панкейки	Тыква сырая,мука пшеничная фортифицированная,молоко (пром.произв.) сахар ,яйцо куриное ,растительное масло, разрыхлитель,соль иодированная.	50	50
	Ряженка	Кисломолочный продукт (пром. произв.)	180	
	Кефир	Кисломолочный продукт (пром. произв.)		200
Ужин	Рагу из курицы	Мясо курятины, картофель,лук репчатый, морковь,мука пшеничная,масло сливочное (пром.пр.),масло растительное, фасоль,соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток с изюмом	Изюм, сахар, лимон	180	200
2 ужин	Молоко	Молоко(пром.пр.)	150	180

Четверг 1 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до3лет	3-6лет
Завтрак	Каша «Геркулесовая» молочная с изюмом	Овсяные хлопья «Геркулес»,молоко , масло сливочное ,сахар ,изюм.	150	180
	Масло сливочное	Масло сливочное(пром.пр.)	5	10
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Молоко	Молоко(пром.пр.)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Нарезка из свежих огурцов	Свежие огурцы	20	30
	Щи из свежей капусты	Костный бульон ,капуста белокочанная,картофель ,лук репчатый ,морковь,масло сливочное , соль иодированная , масло растительное	150	200
	Рыбное суфле	Рыба с/м «Скумбрия», рыба с/м «Минтай», яйцо куриное, молоко, манная крупа,соль иодированная , масло растительное	60	80
	Картофельное пюре с тыквой	Картофель, тыква,масло сливочное (пром.пр.), молоко соль иодированная	100	130
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты,,сахар,вода питьевая	150	180
Полдник	Салат из вареных овощей	Свекла, морковь, картофель,соль иодированная,масло растительное	30	40
	Творожно-морковная запеканка	Творог(пром.произв.),морковь,манная крупа ,молоко (пром.произв.) сахар ,яйца куриные ,соль иодированная,масло растительное, масло растительное	40	50
	Чай «Каркаде»	Чай «Каркаде», сахар	180	200
Ужин	Капуста тушеная с мясом	Мясо говядины, капуста,лук репчатый, морковь,масло сливочное (пром.пр.),масло растительное,соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Вода с лимоном	Лимон, сахар	180	200
2ужин	Кефир	Кисломолочный продукт (пром. произв.)	150	180

Пятница 1неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3 лет	3-6 лет
Завтрак	Каша кукурузная молочная	Молоко (пром.пр.), кукурузная крупа, сахар, масло сливочное (пром.пр.),	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Напиток из изюма	Изюм,лимон ,сахар	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Салат из с моркови с растительным маслом и фасолью	Морковь, лук репчатый, фасоль ,масло растительное ,соль иодированная	30	40
	Суп- манпар	Костный бульон, мука в/с фортифицированная ,яйца куриные ,картофель ,лук репчатый ,морковь,масло сливочное , соль иодированная .	150	200
	Гречка по княжески	Мясо говядины, гречневая крупа ,лук репчатый,морковь , растительное масло,соль йодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из ягод	Ягоды свежезамороженные,сахар,вода питьевая	150	180
Полдник	Шарлотка с яблоком	Яблоки, сахар,мука пшеничная фортифицированная ,масло сливочное (пром.произв.)	50	50
	Молоко	Молоко (пром. произ.)	150	200
Ужин	Боул с курицей и рисом	Филе грудки курицы, масло сливочное, масло растительное, рис, лук репчатый, соль йодированная		
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток «Денсаулық»	Лимон , яблоки сахар,вода питьевая	150	200

Перспективное четырехнедельное сезонное меню ясли сад «Ақбота»
Лето-осень
2 неделя

Понедельник 2 неделя	**Наименование блюда**	**Ингредиенты**	**Выход блюда**	
			возраст	
			до 3 лет	3-6лет
Завтрак	Каша ячневая молочная	Молоко (пром. произв.), крупа ячневая,сахар, соль иодированная	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Какао с молоком	Какао-порошок, молоко, сахар	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Салат «Горное солнце»	Капуста белокочанная, морковь, огурец свежий,подсолнечное масло,соль иодированная.	30	40
	Рассольник на к/б со сметаной	Костный бульон , перловая крупа,картофель, морковь, лук репчатый , соль йодированная, масло сливочное (пром.пр.), томат	150	200
	Мясо по- крестьянски	Капуста, картофель, масло растительное,масло сливочное, морковь, лук репчатый ,соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из свежих яблок	Яблоки, сахар, вода питьевая	150	180
Полдник	Морковные маффины	Морковь, изюм, яйцо куриное,мука пшеничная фортифицированная, кефир,масло растительное,сахар, разрыхлитель.	50	50
	Напиток «Денсаулық»	Лимон , яблоки сахар,вода питьевая	150	200
Ужин	Куриная грудка, запеченная с макаронами и сыром	Филе куриной грудки, макароны, томатное пюре, лук репчатый, морковь, п/т сыр, молоко 1,5% жирности, масло сливочное, масло растительное, соль йодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Вода с лимоном	Лимон, сахар	180	200
2ужин	Молоко	Молоко(пром.пр.)	150	180

Вторник 2 неделя	**Наименование блюда**	**Ингредиенты**	**Выход блюда**	
			Возраст	
			до3 лет	3-6лет
Завтрак	Каша «Дружба» с курагой	Пшенная и рисовая крупы, молоко (пром. произв.) сахар,курага, соль йодированная	150	180
	Масло сливочное	Масло сливочное (пром. произв.)	5	10
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Какао с молоком	Какао-порошок, молоко, сахар	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Нарезка из свежих помидоров	Свежие помидоры	20	30
	Суп-лапша по домашнему	Куриный бульон, мука пшеничная фортифицированная, яйцо,лук репчатый, картофель, масло сливочное (пром.пр.), соль иодированная	150	200
	Картофельно-морковная запеканка с рыбным фаршем	Рыба с/м «Скумбрия», рыба с/м «Минтай», молоко, сметана 20 % жирности,яйца куриные , картофель, морковь,соль иодированная.	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты, сахар, вода питьевая	150	180
Полдник	Творожные рогалики	Творог ,мука пшеничная фортифицированная, молоко (пром. произв) ,масло сливочное (пром.пр),сахар,масло растительное,разрыхлитель,соль иодированная	50	50
	Напиток из кураги	Курага,сахар.	150	200
Ужин	«Ленивые» голубцы	Мясо говядина, капуста белокочанная,лук репчатый, яйцо куриное,чеснок,соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Компот из свежих яблок	Яблоки, сахар	150	180
2 ужин	Молоко	Молоко(пром.пр.)	150	180

Среда 2 неделя	Наименование блюда	ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3лет	3-6лет
Завтрак	Каша пшеная с тыквой	Молоко(про. Произв.) пшено, масло сливочное,тыква, соль йодированная,	150	180
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Молоко	Молоко (пром.пр.)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Салат с фасолью и огурцами	Свежие огурцы, фасоль,соль йодированная	30	40
	Суп чечевичный	Куриный бульон ,картофель, лук репчатый , морковь, томатное пюре,сметана ,соль йодированная, масло сливочное (пром.произв.)	150	200
	Мясоовощная котлета с курятиной	Мясо курятины, кабачки сырые,лук репчатый, морковь,яйцо куриное, масло растительное,	50	60
	Вермишель отварная	Вермишель	100	120
	Компот из с/ф	Сухофрукты, сахар, вода питьевая, Вит «С»	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
Полдник	Сырники творожные с изюмом	Творог 10% жирности, сметана 20% жирности,пшеничная мука фортифицированная,яйцо,масло растительное, сахар, изюм.	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	20	30
	Напиток «Денсаулық»	Яблоки , лимон, сахар	150	180
Ужин	Филе куриное в сметанном соусе	Филе курицы, масло сливочное.Соус : сметана 20%, мука пшеничная, овощной отвар, соль йодированная	50	60
	Капуста тушеная	Капуста свежая белокочанная, лук репчатый, морковь масло растительное, соль иодированная	100	120
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток с изюмом	Изюм,лимон, сахар	150	200
2ужин	Молоко	Молоко (пром. произв.)	150	180

Четверг 2 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			1-3лет	3-6лет
Завтрак	Каша кукурузная молочная	Молоко (пром. произв.) кукурузная крупа,масло сливочное (пром.произв.) сахар ,соль йодированная	150	180
	Масло сливочное	Масло сливочное (пром. произв.)	5	10
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Напиток из лимона	Лимон, сахар,вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Салат «Диетический»	Капуста белокочанная,яблоки,морковь, масло растительное, соль иодированная	30	40
	Суп рыбный	Рыба с/м «Скумбрия», картофель,пшено ,лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная	150	200
	Рагу из курицы	Филе куриное, картофель,лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная (пром.пр.)	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из свежих ягод	Ягоды замороженные,,сахар	150	180
Полдник	Свекольные панкейки	Свекла,мука пшеничная фортифицированная ,молоко(пром.произв.) сахар ,яйца куриные ,масло сливочное ,масло растительное,ванилин, разрыхлитель, соль иодированная.	50	50
	Ряженка	Ряженка(пром. произв.)	150	
	Кефир	Кефир (пром. произв.)		200
Ужин	Плов из гречки	Мякоть говядины, гречневая крупа, лук репчатый, морковь,масло растительное, чеснок,соль йодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток яблочный	Яблоки , сахар,вода питьевая	150	200
2ужин	Молоко	Молоко(пром.пр.)	150	180

Пятница 2 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до3лет	3-6лет
Завтрак	Каша «Геркулесовая» молочная с изюмом	Овсяные хлопья «Геркулес»,молоко ,сахар,изюм, ,масло сливочное (пром.пр.)	150	180
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Какао с молоком	Какао-порошок, молоко(пром.пр.), сахар	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Палочки из моркови и огурца	Свежие огурцы, морковь	30	40
	Борщ на к/б со сметаной	К/бульон,капуста белокочанная, картофель ,морковь, свекла,лук репчатый,масло растительное,лавровый лист, зелень,соль иодированная.	150	200
	Сырне из говядины	Рубленое мясо говядины, лук репчатый, сладкий перец, морковь,картофель,капуста белокочанная, укроп, растительное масло,чеснок , лавровый лист,соль иодированная .	130	150
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты, вода питьевая, сахар	150	180
	Жент	Жент (пром. произв.)	20	20
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
Полдник	Печенье сухое	Печенье сухое (пром. произв.)	25	30
	Молоко	Молоко(пром. произв.)	180	200
Ужин	Омлет с овощами		130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток из изюма	Изюм, лимон, сахар	180	200

Перспективное четырехнедельное сезонное меню ясли сад «Ақбота» в санаторных группах
Лето-осень
3 неделя

Понедельник 3 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3лет	3-6лет
Завтрак	Каша рисовая молочная	Молоко, рисовая крупа, масло сливочное сахар ,соль йодированная	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Напиток «Денсаулық»	Лимон, яблоки сахар	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Салат «Здоровячок»	Капуста свежая белокочанная, огурцы свежие,зелень, масло растительное, соль йодированная	30	40
	Суп с вермишелью на к/б	Куриный бульон ,картофель,лук репчатый, соль иодированная	150	200
	Гречка по княжески	Мясо говядина,гречневая крупа, лук репчатый, морковь, соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из замороженных ягод	Замороженные ягоды (пром.пр.), сахар, вода питьевая	150	180
Полдник	Самса с курицей	Мука пшеничная фортифицированная, растительное масло, яйцо куриное. Для фарша : филе куриное, лук репчатый, соль иодированная.	50	50
	Чай «Каркаде»	Чай «Каркаде»,сахар	180	200
Ужин	Суп чечевичный на к/б	К/б , чечевица красная, картофель,лук репчатый, соль иодированная	150	200
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток из кураги	Курага ,сахар	180	200
2 ужин	Молоко	Молоко (пром.пр.)	150	180

Вторник 3 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3лет	3-6лет
Завтрак	Каша пшеничная молочная	Крупа пшеничная, молоко (пром.пр), сахар, соль йодированная	150	180
	Масло сливочное	Масло сливочное	5	10
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Яйцо вареное	Яйцо куриное	0,25шт	0,5шт
	Какао с молоком	Какао- порошок, сахар, молоко (пром.пр.)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Нарезка из свежих огурцов	Свежие огурцы	30	40
	Суп овощной с капустой и зеленым горошком	Бульон костный,капуста свежая белокочанная,картофель,лук репчатый,морковь,горошек зеленый замороженный,соль иодированная,зелень.	150	200
	Рыбные тефтели	С/м рыба (минтай,скумбрия) лук репчатый, рисовая крупа,соль йодированная,	50	60
	Картофельно- морковное пюре	Картофель, морковь, молоко(пром.произв.), соль йодированная,	100	120
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Напиток изюмный	Изюм, лимон,сахар, вода питьевая,	150	180
Полдник	Пирог творожно-яблочный	Творог , молоко , яблоки, сахар,мука пшеничная фортифицированная,яйцо куриное ,масло сливочное, соль йодированная.	50	50
	Напиток из кураги	Курага, сахар,вода питьевая	180	200
Ужин	Пельмени с бульоном	Филе говядины, лук репчатый, мука пшеничная, масло сливочное, яйцо куриное, соль йодированная,	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Вода с лимоном	Лимон, сахар	180	200
2 Ужин	Молоко	Молоко (пром. пр.)	150	180

Среда 3 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3лет	3-6лет
Завтрак	Каша ячневая молочная	Молоко (пром.пр.),ячневая крупа ,масло сдивочное,соль йодированная, сахар.	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Напиток «Денсаулық»	Лимон, яблоки, сахар, вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Нарезка из свежих помидоров	Помидоры свежие	30	40
	Суп рисовый на к\б с овощами	Бульон костный, рисовая крупа,масло сливочное картофель, лук репчатый морковь ,соль иодированная.	150	200
	«Ленивые» голубцы	Мясо говядина, капуста белокочанная,лук репчатый, яйцо куриное,чеснок,соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты, вода питьевая, сахар	150	180
Полдник	Сырники розовые	Мука пшеничная фортифицированная,яйцо куриное, масло сливочное,сахар, творог (пром. произв.),соль иодированная.	50	50
	Какао с молоком	Какао порошок , молоко,сахар,вода питьевая	150	180
Ужин	Гуляш с отварными макаронами	Мясо говядины, лук репчатый,морковь, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль йодированная. Макароны, масло сливочное	50/100	60/120
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	50
	Напиток яблочный	Яблоки, сахар	180	200
2ужин	Молоко	Молоко (пром. произв.)	150	180

Четверг 3 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до3лет	3-6лет
Завтрак	Каша кукурузная молочная	Кукурузная крупа,молоко ,сахар .	150	180
	Масло сливочное	Масло сливочное(пром.пр.)	5	10
	Яйцо вареное	Яйцо куриное	0,25шт	0,5шт
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Какао с молоком	Какао порошок , молоко,сахар,вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	150
Обед	Салат из свежей капусты	Капуста белокочанная, лук репчатый,масло растительное, соль йодированная	30	40
	Суп гороховый	Костный бульон , горох ,картофель ,лук репчатый ,морковь,масло сливочное .	150	200
	Рыбное суфле	Филе морской рыбы (минтай, скумбрия), лук репчатый,масло растительное, масло сливочное,манная крупа, соль йодированная, молоко(пром.произв.)	50	60
	Рис припущенный	Рисовая крупа, масло сливочное, соль йодированная	100	130
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Напиток из кураги	Курага, сахар,вода питьевая	150	180
Полдник	Морковные маффины	Свекла, яйцо, молоко,мука пшеничная фортифицированная ,масло сливочное,масло растительное., пищевая сода, соль иодированная	50	50
	Ряженка	Ряженка(пром. произв.)	180	
	Кефир	Кефир (пром. произв.)		200
Ужин	Рагу из курицы с картофелем	Курица,картофель,морковь, лук репчатый,мука пшеничная, масло растительное, масло сливочное,фасоль сухая, соль йодированная,	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток «Денсаулық»	Курага, сахар.	180	200
2ужин	Молоко	Молоко (пром. пр.)	150	180

Пятница Знеделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3 лет	3-6 лет
Завтрак	Каша «Дружба» с курагой	Молоко (пром.пр.), рисовая , пшенная крупы, сахар, масло сливочное (пром.пр.),	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Напиток «Витаминка» из шиповника	Шиповник, вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	100
Обед	Палочки из моркови и огурца	Свежие огурцы, морковь.	30	40
	Борщ на к/б со сметаной	Костный бульон , картофель, капуста белокочанная,лук репчатый, морковь, свекла,томатная паста,соль иодированная, сметана (пром. произв.)	150	200
	Плов с говядиной	Мясо говядина, лук репчатый,морковь, рисовая крупа, соль йодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из ягод	Ягоды свежезамороженные,сахар,вода питьевая	150	180
Полдник	Печенье овсяное	Хлопья овсяные ,яблоко,ванильный сахар ,яйцо,корица , масло сливочное (пром.пр.)	50	50
	Молоко	Молоко(пром. произв.)	150	200
Ужин	Запеканка овощная с мясом говядины	Филе говядины,кабачок свежий,морковь,лук репчатый,яйцо,кефир, сыр полутвердый, масло растительное,гречневая крупа	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток из изюма	Изюм,лимон, сахар	180	200

Перспективное четырехнедельное сезонное меню ясли сад «Ақбота»
Лето-осень
4 неделя

Понедельник 4 неделя	**Наименование блюда**	**Ингредиенты**	**Выход блюда**	
			возраст	
			до 3 лет	3-6лет
Завтрак	Каша пшеная с тыквой	Молоко, пшено,масло сливочное, сахар,соль йодированная.	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Молоко	Молоко(пром. произв)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	100
Обед	Салат «Диетический»	Свежие огурцы,капуста белокочанная, зелень, яблоки, морковь,масло растительное соль йодированная.	30	40
	Суп чечевичный на к/ б	Костный бульон , чечевица красная ,картофель, морковь, лук репчатый , соль йодированная, масло сливочное (пром.пр.),	150	200
	Бефстроганов	Мякоть говядины, лук репчатый ,растительное масло, соль иодированная	50	60
	Макароны отварные	Макароны, масло сливочное,соль иодированная	100	120
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из с/ф	Сухофрукты, сахар, вода питьевая	150	180
Полдник	Творожные рогалики	Творог,мука пшеничная фортифицированная, яйцо,молоко, сахар ,разрыхлитель, масло растительное ,соль иодированная	50	50
	Какао с молоком	Какао порошок, молоко , сахар.	150	200
Ужин	Филе куриное в сметанном соусе	Филе курицы, масло сливочное. Соус: сметана 20%, мука пшеничная, овощной отвар,соль иодированная	50	60
	Картофельное пюре	Картофель, молоко ,масло сливочное, соль иодированная	100	130
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Вода с лимоном	Лимон, сахар	180	200
2 ужин	Молоко	Молоко (пром. произв.)	150	180

Вторник 4 неделя	**Наименование блюда**	**Ингредиенты**	**Выход блюда**	
			Возраст	
			до3 лет	3-6лет
Завтрак	Каша ячневая	Ячневая крупа , молоко (пром. произв.) , масло сливочное,сахар,соль йодированная	150	180
	Масло сливочное	Масло сливочное (пром. произв.)	5	10
	Яйцо вареное	Яйцо куриное	0,25шт	0,5шт
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Какао с молоком	Какао порошок, молоко	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	100
Обед	Салат «Светофор»	Огурец свежий, лук зеленый,сладкий перец, кукуруза замороженная,масло растительное соль иодированная	30	40
	Суп рыбный	Рыба с/м «Скумбрия» лук репчатый, картофель, пшеннная крупа,масло сливочное (пром.пр.),соль иодированная,зелень	150	200
	Манты из говядины с овощами	Мякоть говядины, лук репчатый , тыква, мука пшеничная фортифицированная, яйца куриные,перец черный ,растительное масло, соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из свежих яблок	Яблоки, сахар, вода питьевая	150	180
	Пирог творожно-яблочный	Яйцо,мука пшеничная фортифицированная,яблоки сахар,масло сливочное , молоко,творог (пром.пр), дрожжи	50	50
	Чай «Каркаде»	Чай «Каркаде»,сахар		200
	Напиток с курагой	Курага, сахар	150	
Ужин	Жаркое по домашнему	Мясо говядины, лук репчатый , картофель, мука пшеничная,растительное масло, масло сливочное,соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток с лимоном	Лимон,сахар	180	200
2 ужин	Молоко	Молоко (пром. произв.)	150	180

Среда 4 неделя	Наименование блюда	ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3лет	3-6лет
Завтрак	Каша геркулесовая с изюмом	Молоко, овсяные хлопья «Геркулес»,масло сливочное, сахар,соль йодированная.	150	180
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Какао с молоком	Молоко, какао –порошок,сахар,вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	100
Обед	Салат с фасолью и огурцами	Огурцы, фасоль, масло растительное, соль йодированная	30	40
	Суп-лапша по домашнему	Куриный бульон ,картофель, лук репчатый,мука пшеничная в/с фортифицированная,соль йодированная, масло сливочное (пром.произв.)	150	200
	Куриные котлеты с кабачком	Филе куриной грудки,кабачки, лук репчатый, чеснок, яйцо, мука пшеничная,соль иодированная	50	60
	Картофельно-морковное пюре	Картофель, морковь, молоко, соль иодированная	100	120
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Компот из с/ф	Сухофрукты, сахар, вода питьевая	150	180
Полдник	Тыквенные панкейки	Тыква сырая ,яйцо, сахар, масло растительное, молоко, мука пшеничная, разрыхлитель	50	50
	Ряженка	Ряженка (пром. произв.)	150	
	Кефир	Кефир (пром. произв.)		200
Ужин	Плов с гречкой		130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Чай «Каркаде»	Чай «Каркаде»		200
	Напиток изюмный	Изюм, лимон	180	
2ужин	Молоко	Молоко (пром. произв.)	150	180

Четверг 4 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			1-3лет	3-6лет
Завтрак	Каша рисовая молочная	Молоко (пром. произв.) рисовая крупа,масло сливочное (пром.произв.) сахар ,соль йодированная	150	180
	Масло сливочное	Масло сливочное (пром. произв.)	5	10
	Яйцо вареное	Яйцо куриное	0,25шт	0,5шт
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Напиток «Денсаулық»	Яблоки, лимон, сахар,вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	100
Обед	Нарезка из свежих помидоров	Свежие помидоры	20	30
	Суп овощной с зеленым горошком	Куриный бульон, капуста белокочанная,картофель, лук репчатый, зелень, горошек замороженный,масло сливочное, соль йодированная	150	200
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
	Тефтели рыбные	Филе морской рыбы (минтай), лук репчатый,масло растительное,рисовая крупа, соль йодированная.	50	60
	Капуста тушеная	Капуста белокочанная, лук репчатый,масло растительное, соль йодированная.	100	120
	Компот фруктовый	Яблоки,сахар	150	180
Полдник	Сырники розовые	Творог,,морковь, сметана, молоко,яйцо куриное, ванильный сахар,масло сливочное,	50	50
	Напиток изюмный	Изюм, лимон	180	200
Ужин	Боул с рисом и курицей	Мясо куритины , рисовая крупа,лук репчатый,морковь, масло сливочное, соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток из кураги	Курага, сахар	180	200
2ужин	Молоко	Молоко (пром. произв.)	150	180

Пятница 4 неделя	Наименование блюда	Ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до3лет	3-6лет
Завтрак	Каша пшеничная	Крупа пшеничная,молоко (пром.произв.),сахар ,масло сливочное (пром.произв.)	150	180
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	5	10
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	50	60
	Какао с молоком	Какао- порошок,молоко (пром.произв.),сахар	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	100	100
Обед	Салат «Горное солнце»	Свежая белокочанная капуста,морковь, огурец свежий,масло растительное, соль йодированная	30	40
	Суп рассольник	К/бульон, перловая крупа, картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное ,соль иодированная, томатная паста, лимон.	150	200
	Сырне из говядины	Филе говядины, лук репчатый, сладкий перец, морковь, картофель,капуста белокочанная, укроп сырой, масло растительное, соль иодированная, лавровый лист.	130	150
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты, вода питьевая, сахар	150	180
	Жент	Жент (пром. произв.)	20	20
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	60	70
Полдник	Морковные маффины	Изюм,мука пшеничная фортифицированная, кефир (пром. произв.),морковь,растительное масло, сахар,яйцо куриное.	50	50
	Напиток с курагой	Курага, сахар	180	200
Ужин	Омлет с овощами	Яйцо куриное, молоко(пром.произв.), капуста белокочанная, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	40	40
	Напиток яблочный	Яблоки,сахар	180	200