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 ГККП «Ясли – сад «Акбота» Аккольского района г.Акколь
(Лето-осень)

Перспективное четырехнедельное сезонное меню 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.)	25	30
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	3	5
	Какао с молоком	Какао- порошок, сахар, молоко (пром.пр.)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Палочки из моркови и огурца	Свежие огурцы, морковь	30	40
	Суп рисовый на к/ б с мелкошинкованными овощами	Костный бульон , рисовая крупа,картофель, морковь, лук репчатый , соль йодированная, масло сливочное (пром.пр.),	150	200
	Гуляш из говядины	Мясо говядины, морковь,лук репчатый, масло сливочное (пром.пр.)	50	60
	Макароны отварные	Макароны, масло сливочное(пром.пр.)	100	120
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	30/25	40/40
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты (пром.пр.), сахар, вода питьевая	150	180
Полдник	Печенье «Крокет»	Печенье «Крокет» (пром.пр.)	20	30
	Молоко	Молоко промышленного производства	180	200

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	3	4
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Какао с молоком	Какао- порошок, сахар, молоко (пром.пр.)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
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.)	30/25	40/40
	Компот из свежих яблок	Свежие яблоки, сахар, вода питьевая,	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

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.	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	3	5
	Напиток с лимоном	Лимон , сахар,вода питьевая	150	180
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Салат «Летний»	Свежие огурцы, свежие помидоры , лук ,соль иодированная ,масло растительное	30	40
	Борщ на к\б со сметаной	Бульон костный, капуста белокочанная, свекла, масло сливочное картофель, лук репчатый морковь, томатное пюре ,соль иодированная.	150	200
	Овощная запеканка с курятиной	Филе курятины, кабачок свежий ,морковь, лук репчатый, яйцо куриное, кефир, сыр полутвердый, ,соль иодированна ,масло растительное, гречневая крупа	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	30/25	30/40
	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.)	150	
	Кефир	Кисломолочный продукт (пром. произв.)		200

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.)	3	4
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Молоко	Молоко(пром.пр.)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Нарезка из свежих огурцов	Свежие огурцы.	20	30
	Щи из свежей капусты на к/б	Куриный бульон , капуста белокочанная ,картофель, морковь,лук репчатый, масло сливочное (пром.пр.), томатное пюре	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.)	25	30
	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		200
	Напиток из изюма	Изюм, лимон	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.)	25	30
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	3	5
	Напиток из изюма	Изюм,лимон ,сахар	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Салат из с моркови с растительным маслом и фасолью	Морковь, лук репчатый, фасоль ,масло растительное ,соль иодированная	30	40
	Суп- маннар	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.)	30/25	30/40
	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

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	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	3	5
	Какао с молоком	Какао-порошок, молоко, сахар	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Салат «Горное солнце»	Капуста белокочанная,морковь,огурец свежий,подсолнечное масло, иодированная соль.	30	40
	Рассольник на к/б со сметаной	Костный бульон , перловая крупа,картофель, лук репчатый , морковь, томатное пюре,сметана ,соль йодированная, масло сливочное (пром.произв.)	150/5	200/8
	Мясо по- крестьянски	Капуста, картофель, масло растительное,масло сливочное, морковь, лук репчатый ,соль иодированная	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	30/25	30/40
	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

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.)	3	4
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Какао с молоком	Какао-порошок, молоко, сахар	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
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.)	30/25	30/40
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты, сахар, вода питьевая	150	180
Полдник	Творожные рогалики	Творог (пром.пр.),мука пшеничная фортифицированная, молоко (пром. произв) ,масло сливочное (пром.пр),сахар,яйцо ,масло растительное, разрыхлитель,соль иодированная	50	50
	Напиток из кураги	Курага, сахар	150	200

Среда 2 неделя	Наименование блюда	ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3лет	3-6лет
Завтрак	Каша пшеная с тыквой	Молоко(пром. произв.) пшено, масло сливочное,тыква, соль йодированная,	150	180
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	3	5
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Молоко	Молоко (пром.пр.)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Нарезка из свежих огурцов	Свежие огурцы	30	40
	Суп с чечевицей	Куриный бульон, картофель ,лук репчатый, чечевица красная,масло растительное, лимон,соль иодированная.	150	200
	Куриные котлеты с кабачком	Филе куриной грудки,кабачки сырые ,лук репчатый, чеснок,яйцо куриное, мука пшеничная,соль иодированная.	50	60
	Вермишель отварная	Вермишель	100	120
	Компот из с/ф	Сухофрукты, сахар.	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	30/25	30/40
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 , сахар,вода питьевая	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.)	3	4
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Напиток из лимона	Лимон, сахар,вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Салат «Диетический»	Капуста белокочанная свежая, 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 с картофелем	Филе куриное, картофель,пшено ,лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная (пром.пр.)	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	30/25	30/40
	Компот из свежих фруктов и ягод	Яблоки свежие, ягоды свежие	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

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.)	3	5
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Какао с молоком	Молоко (пром.пр.), какао порошок, сахар.	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Палочки из моркови и огурца	Свежие огурцы, морковь	20	30
	Борщ на к\б со сметаной	Бульон костный, капуста белокочанная, свекла, масло сливочное картофель, лук репчатый морковь, томатное пюре ,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.)	30/25	30/40
Полдник	Печенье сухое	Печенье сухое (пром. произв.)	25	30
	Молоко	Молоко(пром. произв.)	180	200

Перспективное четырехнедельное сезонное меню ясли сад «Ақбота»
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.)	25	30
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	3	5
	Напиток «Денсаулық"	Яблоки , сахар,вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Салат «Здоровячок»	Капуста свежая белокочанная,огурцы свежие, зелень, масло растительное, соль йодированная	30	40
	Суп с вермишелью на курином бульоне	Куриный бульон ,картофель, вермишель,лук репчатый, лавровый лист, укроп,масло растительное,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.)	30/25	30/40
	Компот из замороженных ягод	Замороженные ягоды Микс (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, вода питьевая		200
	Компот из свежих яблок	Яблоки свежие, сахар	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	3	4
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	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)	60	80
Обед	Нарезка из свежих огурцов	Свежие огурцы	20	30
	Суп овощной с зеленым горошком	Куриный бульон ,картофель,лук репчатый,морковь,капуста белокочанная,зелень,горошек замороженный,масло растительное,соль иодированная	150	200
	Рыбные тефтели	С/м рыба (минтай) лук репчатый,молоко, 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.)	30/25	30/40
	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	150	200

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.)	25	30
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	3	5
	Напиток «Денсаулық»	Лимон, яблоки, сахар, вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Нарезка из свежих помидоров	Свежие помидоры	20	30
	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.)	30/25	30/40
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты, вода питьевая, сахар	150	180
Полдник	Сырники розовые	Творог (пром. произв.), морковь, сметана,мука пшеничная фортифицированная,яйцо куриное, масло сливочное, молоко (пром. произв.),сахар.	50	50
	Какао с молоком	Какао порошок , молоко,сахар,вода питьевая	150	200

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.)	3	4
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Какао с молоком	Какао порошок , молоко,сахар,вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Салат из свежей капусты	Капуста белокочанная, лук репчатый,масло растительное, соль йодированная	30	40
	Суп гороховый	Куриный бульон , горох ,картофель ,лук репчатый ,морковь,масло сливочное,соль иодированная.	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.)	30/25	30/40
	Напиток из кураги	Курага, сахар,вода питьевая	150	180
Полдник	Морковные маффины	Изюм,морковь , яйцо, молоко,мука пшеничная фортифицированная ,масло сливочное,масло растительное., пищевая сода, соль иодированная	50	50
	Ряженка	Ряженка(пром. произв.)	150	
	Кефир	Кефир (пром. произв.)		200

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.)	25	30
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	3	5
	Напиток «Витаминка» из шиповника	Шиповник, вода питьевая	150	180
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Палочки из моркови и огурца	Свежие огурцы,морковь	30	40
	Борщ на к/б со сметаной	К/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.)	30/25	30/40
	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

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.)	25	30
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	3	5
	Молоко	Молоко(пром. произв)	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Салат «Диетический»	Свежие огурцы, капуста белокочанная свежая,зелень, яблоки, морковь, лимон,растительное масло, соль иодированная	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.)	30/25	40/40
	Компот из с/ф	Сухофрукты, сахар, вода питьевая	150	180
Полдник	Творожные рогалики	Творог,мука пшеничная фортифицированная, яйцо,молоко, сахар ,разрыхлитель, масло сливочное ,соль иодированная	50	50
	Какао с молоком	Лимон , сахар,вода питьевая	150	200

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.)	3	4
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Какао с молоком	Какао порошок, молоко	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
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.)	25/30	40/40
	Компот из свежих яблок	Яблоки, сахар, вода питьевая	150	180
	Пирог творожно-яблочный	Яйцо,мука пшеничная фортифицированная, сахар,творог ,масло сливочное (пром.пр),молоко, дрожжи	50	50
	Чай «Каркаде»	Чай «Каркаде»,сахар		200
	Напиток с курагой	Курага, сахар	150	

Среда 4 неделя	Наименование блюда	ингредиенты	Выход блюда	
			возраст	
			до 3лет	3-6лет
Завтрак	Каша геркулесовая с изюмом	Молоко, овсяные хлопья «Геркулес»,масло сливочное,изюм, сахар,соль йодированная.	150	180
	Сыр полутвердый	Сыр полутвердый(пром.пр.)	3	5
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Какао с молоком	Молоко, какао –порошок,сахар,вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Салат с фасолью и огурцами	Свежие огурцы, фасоль, масло растительное, соль йодированная	30	40
	Суп- лапша по домашнему	Куриный ый бульон, картофель, мука пшеничная фортифицированная, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная	150	200
	Куриные котлеты с кабачком	Филе куриной грудки,кабачки, лук репчатый, чеснок, яйцо ,мука пшеничная, соль йодированная.	50	60
	Картофельно- морковное пюре	Картофель, морковь, молоко, соль иодированная	100	120
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	30/25	30/40
	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

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.)	3	4
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Напиток «Денсаулық»	Яблоки, лимон, сахар,вода питьевая	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
Обед	Нарезка из свежих помидоров	Свежие помидоры	20	30
	Суп овощной с зеленым горошком	Куриный бульон ,картофель,лук репчатый,морковь,капуста белокочанная,зелень,горошек замороженный,масло растительное,соль иодированная	150	200
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	30/25	30/40
	Тефтели рыбные	Филе морской рыбы (минтай), лук репчатый ,масло растительное, рисовая крупа, соль йодированная	50	60
	Капуста тушеная	Капуста белокочанная, масло растительное, лук репчатый	100	120
	Компот фруктовый	Фрукты, вода питьевая, сахар	150	180
Полдник	Сырники розовые	Творог,морковь, сметана, мука пшеничная, яйцо куриное, масло сливочное, сахар,молоко	50	50
	Напиток изюмный	Изюм,лимон,сахар	150	200

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.)	3	5
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный (пром.пр.)	25	30
	Какао с молоком	Какао- порошок,молоко (пром.произв.),сахар	180	200
Второй завтрак	Фрукты по сезону	Фрукты(яблоки, бананы)	60	80
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.)	30/25	40/40
Полдник	Морковные маффины	Изюм,мука пшеничная фортифицированная, масло растительное, кефир,яйцо куриное,морковь,сахар, разрыхлитель.	50	50
	Напиток с курагой	Курага, сахар	150	200