



"Утверждаю"
 Заведующая ГККП "Я/ДС №1
 "Күншуақ"
 Барикова Г.Ж.

Перспективное "двухнедельное" меню ЛЕТО - ОСЕНЬ на уч.год 2025-2026 г по "Я/ДС №1 "Күншуақ"
 с 2-3 и 3-5 лет

1 день	Блюдо	2 день	Блюдо	3 день	Блюдо	4 день	Блюдо	5 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша кукурузная, молочн.	150/180	Суп молочн.с вермишелью	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша рисовая молочная	150/180	Каша пшенная, молочная	150/180
Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с маслом	40/7/50/9	Хлеб пшеничный с сыром	40/8/50/10	Хлеб пшен. с повидлой	40/7/50/9	Хлеб пшеничный с творогом	40/10/50/15	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200	Суп харчо на к/бульоне	180/200	Домашняя лапша на к/б	180/200	Щи на к/бульоне	180/200
Плов с мясом курицы	130/150	Рыба с картофельным пюре	130/150	Бешбармак с говядиной	130/150	Ленивые голубцы с говяд.	130/150	Макароны с мясом курицы	130/150
Салат Винегрет (карт, морк, свек, сол огур)	40/50	Салат капустный с морковью	40/50	Салат из свеклы с яблоками	40/50	Салат морковный с яблоком	40/50	Салат Витаминный (свекла, яблоко, изюм)	40/50
Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Булочки	30/35	Печенье	40/45	Пряник	35/40	Баранки	45/50	Печенье	30/35
Сок	150/180	Молоко	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180	Кисель	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшенная молочная	130/150	Макароны с руб яйцом	130/150	Каша геркулесная молочная	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Каша сборная, молочная	130/150
Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40

6 день	Блюдо	7 день	Блюдо	8 день	Блюдо	9 день	Блюдо	10 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша геркулесовая, молочн	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша ячневая, молочная	150/180	Суп вермишельев, молочн	150/180	Каша рисовая молочная	150/180
Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с сыром	40/8	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с творогом	40/10/	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с повидлой	40/7
	50/10		50/9		50/15		50/9		50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Рассольник на к/б	180/200	Суп с вермишелью на к/б	180/200	Суп рисовый на к/бульоне	180/200	Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200
Макароны с гуляш с мяс к	130/150	Рыба с гороховым пюре	130/150	Манты с говядиной	130/150	Гречка с котлетой из говяд	130/150	Жаркое с мясом курицы	130/150
Салат морковный	40/50	Салат Винегрет	40/50	Салат Витаминный(свек,ябл	40/50	Салат морковный с ябл	40/50	Салат капустный с морковью	40/50
		(карт,морк,свек,сол огур)		(свекла,яблоко,изюм)					
Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50,	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50,	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Пряник	35/40	Баранки	40/45	Печенье	30/35	Рогалики с повидлой	45/50	Печенье	30/35
Молоко	150/180	Кисель	150/180	Сок	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшеничная, молочная	130/150	Каша сборная, молочная	130/150	Каша кукурузная, молочн.	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Макароны с рублен.яйцом	130/150
Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40



Утверждаю
 Заведующая ГККП "Я/ДС №1
 "Куншуак"
 Барикова Г.Ж.

Перспективное "двухнедельное" меню ЗИМА - ВЕСНА на уч.год 2025-2026г по "Я/ДС №1 "Куншуак"
 с 2-3 и 3-5 лет

1 день	Блюдо	2 день	Блюдо	3 день	Блюдо	4 день	Блюдо	5 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша кукурузная,молочн.	150/180	Суп молочн.с вермишелью	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша рисовая молочная	150/180	Каша пшенная, молочная	150/180
Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с маслом	40/7/ 50/9	Хлеб пшеничный с сыром	40/8 50/10	Хлеб пшен. с повидлой	40/7/ 50/9	Хлеб пшеничный с творогом	40/10 50/15	Хлеб пшеничный с маслом	40/7 50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200	Суп харчо на к/бульоне	180/200	Домашняя лапша на к/б	180/200	Щи на к/бульоне	180/200
Плов с мясом курицы	130/150	Рыба с картофельным пюре	130/150	Бешбармак с говядиной	130/150	Ленивые голубцы с говяд.	130/150	Макароны с мясом говядины	130/150
Салат Винегрет	40/50.	Салат капустный с морковью	40/50.	Салат из свеклы с яблоками	40/50	Салат морковный с яблоком	40/50	Салат Витаминный	40/50
(карт,морк,свек,сол огур)								(свекла,яблоко,изюм)	
Компот с витаминами С	180/200.	Компот с витаминами С	180/200.	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Булочки	30/35	Печенье	40/45	Пряник	35/40	Баранки	45/50	Печенье	30/35
Сок	150/180	Молоко	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180	Кисель	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшенная молочная	130/150	Макароны с руб яйцом	130/150	Каша геркулесная молочная	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Каша сборная,молочная	130/150

Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40

6 день	Блюдо	7 день	Блюдо	8 день	Блюдо	9 день	Блюдо	10 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша геркулесовая, молочн	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша ячневая, молочная	150/180	Суп вермишельев, молочн	150/180	Каша рисовая молочная	150/180
Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с сыром	40/8	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с творогом	40/10/	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с повидлой	40/7
	50/10		50/9		50/15		50/9		50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Рассольник на к/б	180/200	Суп с вермишелью на к/б	180/200	Суп рисовый на к/бульоне	180/200	Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200
Макароны с гуляш с мяс	130/150	Рыба с гороховым пюре	130/150	Манты с говядиной	130/150.	Гречка с котлетой из говяд	130/150.	Жаркое с мясом курицы	130/150
Салат морковный	40/50	Салат Винегрет (карт, морк, свек, сол огур)	40/50	Салат Витаминный(свек, ябл, (свекла, яблоко, изюм)	40/50	Салат морковный с ябл	40/50	Салат капустный с морковью	40/50
Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50,	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50.	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Пряник	35/40	Баранки	40/45	Печенье	30/35	Рогалики с повидлой	45/50	Печенье	30/35
Молоко	150/180	Кисель	150/180	Сок	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшенная, молочная	130/150	Каша сборная, молочная	130/150	Каша кукурузная, молочн.	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Макароны с рублен.ляцом	130/150
Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40



Перспективное "двухнедельное" меню ЛЕТО - ОСЕНЬ на уч.год 2024-2025 г по "Я/ДС №1 "Куншуак"
 с 2-3 и 3-5 лет

1 день	Блюдо	2 день	Блюдо	3 день	Блюдо	4 день	Блюдо	5 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша кукурузная,молочн.	150/180	Суп молочн.с вермишелью	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша рисовая молочная	150/180	Каша пшеничная, молочная	150/180
Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с маслом	40/7/ 50/9	Хлеб пшеничный с сыром	40/8 50/10	Хлеб пшен. с повидлой	40/7/ 50/9	Хлеб пшеничный с творогом	40/10 50/15	Хлеб пшеничный с маслом	40/7 50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200	Суп харчо на к/бульоне	180/200	Домашняя лапша на к/б	180/200	Щи на к/бульоне	180/200
Плов с мясом курицы	130/150	Рыба с картофельным пюре	130/150	Бешбармак с говядиной	130/150	Ленивые голубцы с говяд.	130/150	Макароны с мясом курицы	130/150
Салат Винегрет (карт,морк,свек,сол огур)	40/50	Салат капустный с морковью	40/50	Салат из свеклы с яблоками	40/50	Салат морковный с яблоком	40/50	Салат Витаминный (свекла,яблоко,изюм)	40/50
Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Булочки	30/35	Печенье	40/45	Пряник	35/40	Баранки	45/50	Печенье	30/35
Сок	150/180	Молоко	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180	Кисель	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшеничная молочная	130/150	Макароны с руб яйцом	130/150	Каша геркулесная молочная	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Каша сборная,молочная	130/150
Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40

6 день	Блюдо	7 день	Блюдо	8 день	Блюдо	9 день	Блюдо	10 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша геркулесовая,молочн	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша ячневая,молочная	150/180	Суп вермишельев, молочн	150/180	Каша рисовая молочная	150/180
Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с сыром	40/8	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с творогом	40/10/	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с повидлой	40/7
	50/10		50/9		50/15		50/9		50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Рассольник на к/б	180/200	Суп с вермишелью на к/б	180/200	Суп рисовый на к/бульоне	180/200	Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200
Макароны с гуляш с мяс к	130/150	Рыба с гороховым пюре	130/150	Манты с говядиной	130/150.	Гречка с котлетой из говяд	130/150.	Жаркое с мясом курицы	130/150
Салат морковный	40/50	Салат Винегрет	40/50	Салат Витаминный(свек,ябл	40/50	Салат морковный с ябл	40/50	Салат капустный с морковьк	40/50
		(карт,морк,свек,сол огур)		(свекла,яблоко,изюм)					
Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50,	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50.	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Пряник	35/40	Баранки	40/45	Печенье	30/35	Рогалики с повидлой	45/50	Печенье	30/35
Молоко	150/180	Кисель	150/180	Сок	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшеничная, молочная	130/150	Каша сборная,молочная	130/150	Каша кукурузная,молочн.	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Макароны с рублен.яйцом	130/150
Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40



"Утверждаю"
Заведующая ГККП "Я/ДС №1
"Күншүак"
Барикова Г.Ж.

Перспективное "двухнедельное" меню ЗИМА - ВЕСНА на уч.год 2024-2025г по "Я/ДС №1 "Күншүак"
с 2-3 и 3-5 лет

1 день	Блюдо	2 день	Блюдо	3 день	Блюдо	4 день	Блюдо	5 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша кукурузная,молочн.	150/180	Суп молочн.с вермишелью	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша рисовая молочная	150/180	Каша пшенная, молочная	150/180
Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с маслом	40/7/ 50/9	Хлеб пшеничный с сыром	40/8 50/10	Хлеб пшен. с повидлой	40/7/ 50/9	Хлеб пшеничный с творогом	40/10 50/15	Хлеб пшеничный с маслом	40/7 50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200	Суп харчо на к/бульоне	180/200	Домашняя лапша на к/б	180/200	Щи на к/бульоне	180/200
Плов с мясом курицы	130/150	Рыба с картофельным пюре	130/150	Бешбармак с говядиной	130/150	Ленивые голубцы с говяд.	130/150	Макароны с мясом говядины	130/150
Салат Винегрет (карт,морк,свек,сол огур)	40/50.	Салат капустный с морковью	40/50.	Салат из свеклы с яблоками	40/50	Салат морковный с яблоком	40/50	Салат Витаминный (свекла,яблоко,изюм)	40/50
Компот с витаминами С	180/200.	Компот с витаминами С	180/200.	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50.	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Булочки	30/35	Печенье	40/45	Пряник	35/40	Баранки	45/50	Печенье	30/35
Сок	150/180	Молоко	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180	Кисель	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшенная молочная	130/150	Макароны с руб яйцом	130/150	Каша геркулесная молочная	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Каша сборная,молочная	130/150

Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40

6 день	Блюдо	7 день	Блюдо	8 день	Блюдо	9 день	Блюдо	10 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша геркулесовая,молочн	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша ячневая,молочная	150/180	Суп вермишельев, молочн	150/180	Каша рисовая молочная	150/180
Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с сыром	40/8	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с творогом	40/10/	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с повидлой	40/7
	50/10		50/9		50/15		50/9		50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Рассольник на к/б	180/200	Суп с вермишелью на к/б	180/200	Суп рисовый на к/бульоне	180/200	Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200
Макароны с гуляш с мяс го	130/150	Рыба с гороховым пюре	130/150	Манты с говядиной	130/150.	Гречка с котлетой из говяд	130/150.	Жаркое с мясом курицы	130/150
Салат морковный	40/50	Салат Винегрет	40/50	Салат Витаминный(свек,ябл	40/50	Салат морковный с ябл	40/50	Салат капустный с морковью	40/50
		(карт,морк,свек,сол огур)		(свекла,яблоко,изюм)					
Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50,	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50.	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Пряник	35/40	Баранки	40/45	Печенье	30/35	Рогалики с повидлой	45/50	Печенье	30/35
Молоко	150/180	Кисель	150/180	Сок	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшенная, молочная	130/150	Каша сборная,молочная	130/150	Каша кукурузная,молочн.	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Макароны с рублен.ляцом	130/150
Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40



**Перспективное "двухнедельное" меню ЛЕТО - ОСЕНЬ на уч.год 2023-2024 г по "Я/ДС №1 "Күншуақ"
с 2-3 и 3-5 лет**

1 день	Блюдо	2 день	Блюдо	3 день	Блюдо	4 день	Блюдо	5 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша кукурузная,молочн.	150/180	Суп молочн с вермишелью	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша рисовая молочная	150/180	Каша пшеничная, молочная	150/180
Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с маслом	40/7/ 50/9	Хлеб пшеничный с сыром	40/8 50/10	Хлеб пшен. с повидлой	40/7/ 50/9	Хлеб пшеничный с творогом	40/10 50/15	Хлеб пшеничный с маслом	40/7 50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200	Суп харчо на к/бульоне	180/200	Домашняя лапша на к/б	180/200	Щи на к/бульоне	180/200
Плов с мясом курицы	130/150	Рыба с картофельным пюре	130/150	Бешбармак с говядиной	130/150	Ленивые голубцы с говяд.	130/150	Макароны с мясом курицы	130/150
Салат Винегрет (карт,морк,свек,сол огур)	40/50	Салат капустный с морковк	40/50	Салат из свеклы с яблоками	40/50	Салат морковный с яблокам	40/50	Салат Витаминный (свекла,яблоко,изюм)	40/50
Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Булочки	30/35	Печенье	40/45	Пряник	35/40	Баранки	45/50	Печенье	30/35
Сок	150/180	Молоко	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180	Кисель	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшеничная молочная	130/150	Макароны с руб яйцом	130/150	Каша геркулесная молочная	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Каша сборная,молочная	130/150
Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40

6 день	Блюдо	7 день	Блюдо	8 день	Блюдо	9 день	Блюдо	10 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша геркулесовая,молочн	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша ячневая,молочная	150/180	Суп вермишельев, молочн	150/180	Каша рисовая молочная	150/180
Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с сыром	40/8	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с творогом	40/10/	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с повидлой	40/7
	50/10		50/9		50/15		50/9		50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Рассольник на к/б	180/200	Суп с вермишелью на к/б	180/200	Суп рисовый на к/бульоне	180/200	Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200
Макароны с гуляш с мяс к	130/150	Рыба с гороховым пюре	130/150	Манты с говядиной	130/150	Гречка с котлетой из говяд	130/150	Жаркое с мясом курицы	130/150
Салат морковный	40/50	Салат Винегрет (карт,морк,свек,сол огур)	40/50	Салат Витаминный(свек,ябл (свекла,яблоко,изюм)	40/50	Салат морковный с ябл	40/50	Салат капустный с морковью	40/50
Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Пряник	35/40	Баранки	40/45	Печенье	30/35	Рогалики с повидлой	45/50	Печенье	30/35
Молоко	150/180	Кисель	150/180	Сок	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшенная, молочная	130/150	Каша сборная,молочная	130/150	Каша кукурузная,молочн.	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Макароны с рублен яйцом	130/150
Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40



«Утверждаю»
 Заведующая ГККП "Я/ДС №1
 "Куншуак"
 Барикова Г.Ж.

Перспективное "двухнедельное" меню ЗИМА - ВЕСНА на уч.год 2023-2024 г по "Я/ДС №1 "Куншуак"
 с 2-3 и 3-5 лет

1 день	Блюдо	2 день	Блюдо	3 день	Блюдо	4 день	Блюдо	5 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша кукурузная, молочн.	150/180	Суп молочн. с вермишелью	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша рисовая молочная	150/180	Каша пшеничная, молочная	150/180
Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с маслом	40/7/50/9	Хлеб пшеничный с сыром	40/8/50/10	Хлеб пшен. с повидлой	40/7/50/9	Хлеб пшеничный с творогом	40/10/50/15	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200	Суп харчо на к/бульоне	180/200	Домашняя лапша на к/б	180/200	Щи на к/бульоне	180/200
Плов с мясом курицы	130/150	Рыба с картофельным пюре	130/150	Бешбармак с говядиной	130/150	Ленивые голубцы с говяд.	130/150	Макароны с мясом говядины	130/150
Салат Винегрет (карт, морк, свек, сол огур)	40/50	Салат капустный с морковью	40/50	Салат из свеклы с яблоками	40/50	Салат морковный с яблоком	40/50	Салат Витаминный (свекла, яблоко, изюм)	40/50
Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Булочки	30/35	Печенье	40/45	Пряник	35/40	Баранки	45/50	Печенье	30/35
Сок	150/180	Молоко	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180	Кисель	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшеничная молочная	130/150	Макароны с руб яйцом	130/150	Каша геркулесная молочная	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Каша сборная, молочная	130/150

Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40

6 день	Блюдо	7 день	Блюдо	8 день	Блюдо	9 день	Блюдо	10 день	Блюдо
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша геркулесовая, молочн	150/180	Каша манная, молочная	150/180	Каша ячневая, молочная	150/180	Суп вермишельев, молочн	150/180	Каша рисовая молочная	150/180
Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200	Какао с молоком	180/200	Чай с молоком	180/200
Хлеб пшеничный с сыром	40/8	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с творогом	40/10/	Хлеб пшеничный с маслом	40/7/	Хлеб пшеничн.с повидлой	40/7
	50/10		50/9		50/15		50/9		50/9
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90	Яблоко	60/90	Банан	60/90
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Рассольник на к/б	180/200	Суп с вермишелью на к/б	180/200	Суп рисовый на к/бульоне	180/200	Борщ на к/бульоне	180/200	Суп гороховый на к/б	180/200
Макароны с гуляш с мяс го	130/150	Рыба с гороховым пюре	130/150	Манты с говядиной	130/150	Гречка с котлетой из говяд	130/150	Жаркое с мясом курицы	130/150
Салат морковный	40/50	Салат Винегрет	40/50	Салат Витаминный(свек,ябл	40/50	Салат морковный с ябл	40/50	Салат капустный с морковью	40/50
		(карт,морк,свек,сол огур)		(свекла,яблоко,изюм)					
Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200	Компот с витаминами С	180/200
Хлеб ржаной	40/50,	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Пряник	35/40	Баранки	40/45	Печенье	30/35	Рогалики с повидлой	45/50	Печенье	30/35
Молоко	150/180	Кисель	150/180	Сок	150/180	Кисель	150/180	Кефир	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Каша пшенная, молочная	130/150	Каша сборная, молочная	130/150	Каша кукурузная, молочн.	130/150	Каша ячневая, молочная	130/150	Макароны с рублен яйцом	130/150
Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180	Какао с молоком	150/180
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40