

Утверждаю:
Зав.я/с №9
«9» отдела образования
акимата Костанайской области,
Уралбаева А.Е.



Перспективное меню на 4 недели лето-осень, 2025г.

Дни недели	завтрак	выход	2-ой завтрак	выход	обед	выход	ужин	выход
понедельник	Каша 5% творог на молоке с маслом, сахаром	130/150	Сок, Фрукты	130/90 130	Салат капуста с добавлением растительного масла.	30/40	Ленивые вареники с молочным соусом.	130/150
	Батон	25/35			Свекольник на курином бульоне со сметаной.	150/200	Чай сладкий с добавлением молока.	150/180
вторник	Сливочное масло	4/5			Плов из мяса кур.	150/180	Хлеб	15/35
	Какао на молоке с сахаром	150/180			Кисель сладкий плодово-ягодный, крахмальный, ржаной	20/40(15)		
среда	Каша «Дружба» на молоке со сливочным маслом.	130/150	Сок, Фрукты	130/90 130/90	Салат из отварной свеклы с растительным маслом и чесноком.	30/40	Сложный гарнир (картофельное пюре и тушеная капуста.)	130/150
	Бутерброд с маслом	25/35			Суп гороховый на м/к бульоне.	150/200	Кисель сладкий	150/180
четверг	Кофейный напиток на молоке с сахаром	150/180			Компот из лимона и изюма с сахаром.	100/120	Плюдово-ягодный, Хлеб.	150/180
	10,00 Сок (Фрукты)				Хлеб пшеничный, ржаной	20/40		
пятница	Вареники в молоке.	130/150	Сок, Фрукты	130/90 130/90	Салат из капусты со сладким перцем	30/40	Каша кукурузная на молоке.	130/150
	Бутерброд с маслом	25/35			Уха из свежей рыбы. Когда нет рыбы: Суп «Патерский» на м/к бульоне. Картофель запеченный с фаршем и сыром.	150/200	Чай сладкий Хлеб	150/180
суббота	Какао на молоке с сахаром.	150/180			Компот сладкий из сухофруктов.	150/180		
	10,00 Сок (Фрукты)				Хлеб пшеничный, ржаной			
воскресенье	Каша пшеница на молоке со сливочным маслом	130/150	Сок, Фрукты	130/90 130/90	Салат из св. огурца с луком с добавлением растительного масла.	30/40	Запеченный рыбный плов	130/150
	Бутерброд с маслом	25/35			Суп гороховый на м/к бульоне	150/200	Пюре со сметанным соусом.	150/180
понедельник	Какао на молоке с сахаром.	150/180			Гушник с мясом гарнир крупа пшеница.	150/180	Чай сладкий с лимоном.	150/180
	10,00 Сок (Фрукты)				Кисель сладкий Хлеб пшеничный, ржаной	150/180	Хлеб	
вторник	Омлет на молоке.	110/20	Сок, Фрукты	130/90 130/90	Салат из моркови с добавлением растительного масла.	30/40	Плов бухарский	130/150
	Бутерброд с маслом	150/180			Суп с макаронными изделиями на курином бульоне.	150/200	Чай сладкий с добавлением молока, Хлеб.	150/180
среда	Кофейный напиток на молоке с сахаром				Овощное пюре с мясом курицы.	150/180		
	10,00 Сок (Фрукты)				Компот из сухофруктов с сахаром.	150/180		

Дни недели	Завтрак	2-ой завтрак	выход	Обед	выход	Полдник	выход	Ужин	выход
понедельник	Суп рисовый с маслом, сахаром. Бульбурод с маслом и сыром. Чай на молоке с сахаром. 10,00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	130/90 130/90	Салат из моркови с добавлением растительного масла. Борщи на м/к бу-не со сметаной. Отварная гречка с маслом со ст-ым маслом. Кисель сладкий плодово-ягодный. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180	Молоко кипяченое Ватрушка с творогом	150/180 60/70	Каши манная. Чай подслащенный с мармелом	130/150 150/180
вторник	Каши крупяная на молоке с маслом, сахаром. Бульбурод с маслом. Каша на молоке с сахаром. 10,00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	130/90	Салат из отварной свеклы с растительным маслом. Щи на курином бульоне со сметаной. Картофель тушеный с мясом курицы. Компот из сухофруктов сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180	Молоко Печенье.	150/180 14/14	Запеканка с творогом с добавлением моркови. С мякотью соком. Кисель плодово-ягодный. Хлеб	130/150 150/180
среда	Каши пшеничная на молоке с маслом, сахаром. Бульбурод с маслом. Чай на молоке с сахаром. 10,00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	130/90	Салат из капусты с добавлением растительного масла. Суп «Харчо» на м/к бу-не со сметаной. Мясо по-казахски. Компот из сухофруктов сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180	Кисло-молочная продукция Вафли	150/180 20/20	Рыбный котлет с вареной рыбой поре. Чай сладкий с лимоном. Хлеб	130/150 150/180
четверг	Каши «Геркулес» на молоке со сливочным маслом. Бульбурод с маслом. Кофейный напиток на молоке с сахаром. 10,00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	130/90	Салат из свеклы с капустой с добавлением растительного масла. Рассольник на м/к бу-не со сметаной. Тефтели мясные гарнир гороховое пюре. Кисель сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 50/60 100/120 150/180	Молоко. Булочка (закуска)	150/180	Овощи тушеные Чай сладкий с добавлением молока.	130/150 150/180
пятница	Каши рисовая на молоке со сливочным маслом. Бульбурод с маслом. Каша на молоке с сахаром. 10,00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	130/90	Салат из помидор с добавлением лука с растительного масла. Суп полевой на курином бульоне со сметаной. Суфле с тушеной капустой Компот из лимона и изюма сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180	Кисло-молочный продукт Печенье	150/180 14/14	Макаронные отварные с тертым сыром. Чай сладкий. Хлеб	130/150 150/180

III период

Дни недели	завтрак			обед		полдник	ужин	
понедельник	Каша ячневая на молоке. Бутерброд с маслом и сыром. Злаковый напиток на молоке.	130/150 25/35 150/180		Салат из моркови с растительным маслом. Суп «Харчо» на курином бульоне со сметаной. Куриная подлива с отварными рисом и картофелем. Компот из яблок, груш и лимона. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 50/60 100/120	Кисло-молочный продукт. Вафли	Овощи тушеные. Чай сладкий с добавлением молока. Хлеб.	130/150 150/180
	10.00 Сок (Фрукты)		130/90					
вторник	Каша 5 злаков на молоке. Бутерброд с маслом Чай на молоке с сахаром 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180		Салат «весенний» (капуста и морковь) с растительным маслом. Суп рыбный (Суп «Похлебка» в отсутствие рыбы). Жаркое по-домашнему с мясом. Компот из сухофруктов сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180	Молоко кипяченое. Печенье.	Сырники творожные с молочным соусом. Кисель плодово-ягодный. Хлеб.	130/150 150/180
			130/90					
среда	Омлет с сыром на молоке. Бутерброд с маслом Каша на молоке с сахаром 10.00 Сок (Фрукты)	120/125 25/35 150/180		Салат отварная свекла с чесноком и растительным маслом. Суп с мясными фрикадельками. Бигус с мясом. Кисель плодово-ягодный сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 50/180	Кисло-молочный продукт. Ватрушка с творогом	Каша кукурузная на молоке. Чай сладкий. Хлеб	130/150 150/180
			130/90					
четверг	Суп гречневый Бутерброд с маслом. Чай на молоке с сахаром. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180		Салат из огурца с капустой с растительным маслом. Свекольник на м/к бу-не Котлета мясная гарнир крупа полтавка. Компот из сухофруктов сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 50/60 100/120 150/180	Молоко кипяченое. Хлебо-буклеты из теста (бублик, булочка)	Плов «Бухарский» Кисель плодово-ягодный сладкий. Хлеб	130/150 150/180
			130/90					
пятница	Каша манная на молоке с маслом, сахаром. Бутерброд с маслом и сыром. Напиток из цитрусов на молоке с сахаром. 10.00 Сок (Фрукты)	139/150 5/6 25/35 150/180		Салат из моркови с чесноком с добавлением раст-ого масла. Щи на курином бу-не со сметаной. Рыбная запеканка гарнир картофельное пюре Компот из сухофруктов сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 60/70 90/110 150/180	Кисло-молочный продукт. Вафли	Гречка отварная с мясом Птица. Чай с добавлением молока сладкий. Хлеб.	130/150 150/180
			130/90					

Дни
недели

Завтрак

14 апреля

понедельник

Каша крупа пшеничная на
молоке с маслом, сахаром.
Бутерброд с маслом.
Чай на молоке сладкий
10.00 Сок (Фрукты)

130/150

25/35
150/180

Обед

Салат отварной свекла с
растительным маслом.
Борщ на курином бульоне с
фасолью. Плов с мясом птицы
Компот из сухофруктов сладкий.
Хлеб пшеничный, ржаной.

30/40

150/200
150/180
150/180

Подливки

Молоко
квашеное
с
Пюре
печенье
Молодая.

50/200
60/70

Ужин

Отварные
рожки с
тертым сыром.
Чай с
добавлением
молока.
Подливочный.

вторник

Каша «Дружба» на молоке с
маслом, сахаром.
Бутерброд с маслом.
Закусочный напиток на
молоке.
10.00 Сок (Фрукты)

130/150

25/35
150/180

Обед

Салат морковный с чесночком с
растительным маслом
Суп крестьянский на м/к бульоне со
сметаной.
Азу с гороховым пюре.
Компот из лимона и изюма.
Хлеб пшеничный, ржаной.

30/40

150/200
50/60
100/120
150/180

Подливки

Кисель
молоочный
продукт
Вафли.

150/200
20/70

Ужин

Запеканка из
творога с
добавлением
моркови с
молоком.
сусом.
Кисель
сладкий
плодово-
ягодный.
Хлеб

среда

Суп вермишель в молоке.
Бутерброд с маслом
Каша на молоке с сахаром
10.00 Сок (Фрукты)

130/150

25/35
150/180

Обед

Салат из капусты со сладким перцем с
растительным маслом.
Расходники со сметаной на м/к бу-
льоне.
Тфтели мясные с картофельным
пюре.
Кисель плодово-ягодный.
Хлеб пшеничный, ржаной

30/40

150/200
50/60
100/120
150/180

Подливки

Молоко
квашеное
с
Булочка.

150/200
50/60

Ужин

Каша на молоке
манная сладкая.
Чай сладкий.
Хлеб

четверг

Каша геркулесовая на молоке
с сахаром
Бутерброд с маслом
Напиток из цитрусов на
молоке.

130/150

25/35
150/180

Обед

Салат из сельдидора и лука с
растительным маслом
Суп на курином бульоне с макаронными
изделиями.
Овощное рагу с мясом кур.
Компот из яблок и изюма.
Хлеб пшеничный, ржаной.

30/40

150/200
150/180
150/180

Подливки

Кисель
молоочный
продукт
Печенье

150/200
14/14

Ужин

Рыба по-
польски с
томатным
подливом. Чай
сладкий с
лимоном.

пятница

10.00 Сок (Фрукты)
Каша рисовая на молоке
сладкая.
Бутерброд с маслом и сыром.
Чай на молоке с сахаром.
10.00 Сок (Фрукты)

130/150

25/35
150/180

Обед

Салат «Витаминный» (морковь и
отварная свекла) с растительным
маслом.
Суп с гороховым на м/к бульоне. Суфле
мясное с отварной гречневой крупой.
Компот из сухофруктов сладкий.
Хлеб пшеничный, ржаной.

30/40

150/200
50/60
100/120
150/180

Подливки

Молоко
квашеное
с
Пирог
50/60

150/200
50/60

Ужин

Сложный
гарнир (картоф-
ельное пюре и
тушеная
капустка)
Кисель
сладкий.
Хлеб

Оставляем право за собой на замену блюд в связи с несопоставкой продуктов поставщиками, не предоставляем необходимых

сопроводительных документов на данный вид продукции