

КГКП «Ясли-сад №9» отдела образования
Города Костаная
Образования Акмата Костанайской области.
И.О. Шыгысова М.А.



Перспективное меню на 4 недели период зима-весна 2025-2026год.

Дни недели	завтрак	выход	2-ой завтрак	выход	обед	выход	полдник	выход	ужин	выход
понедельник	Каша 5ть злаков на молоке с маслом, сахаром Батон Сливочное масло Какао на молоке сладкий.	130/150 25/35 4/5 150/180	Сок, Фрукты	130/90 130	Салат капуста с добавлением растительного масла. Свекольник на курином бу-не со сметаной. Плов из мяса кур. Напиток из шиповника «Витаминка» Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180 20/40((15)	Молоко. Печенье крокет	20/20	Ленивые вареники с мясным соусом. Напиток из кураги. Хлеб.	130/150 150/180 15/35
вторник	Каша «Дружба» на молоке со сливочным маслом. Бутерброд с маслом. Кофейный напиток на молоке с сахаром 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	Сок, Фрукты	130/90 130/90	Свекла вареная порционно. Суп по-польски на м/к бульоне. Бефстроганов с отварной гречневой крупой. Компот из лимона и изюма сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 50/60 100/120 150/180 20/40	Кисло-молочная продукция. Плюшка печеная по-домашнему.	150/200 60/70	Сложный гарнир (картофельное пюре и тушеная капуста.) Кисель сладкий плодово-ягодный. Хлеб.	130/150 150/180
среда	Вермишель в молоке. Бутерброд с маслом Чай каркаде. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	Сок, Фрукты	130/90 130/90	Салат капуста с морковью с добавлением растительного масла. Уха из свежей рыбы. Когда нет рыбы Суп «Шахтерский» на м/к бу-не. Картофель запеченный с фаршем и сыром. Компот из яблок и изюма подслащенный. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180	Молоко. Сушки.	150/200 50/60	Каша кукурузная на молоке. Напиток из шиповника. Хлеб	130/150 150/180
четверг	Каша пшеничная на молоке со сл. маслом сахаром. Бутерброд с маслом Какао на молоке с сахаром. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	Сок, Фрукты	130/90 130/90	Салат с фасолью и св.огурцом с добавлением растительного масла. Суп гороховый на м/к бу-не Гуляш с мясом гарнир крупа полтавка. Компот из ягод (клюква) Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180	Кисло-молочная продукция. Печенье. Овсяное.	150/200 14/14	Запеканка рыбная по-польски со сметанным соусом. Чай сладкий с лимоном. Хлеб	130/150 150/180
пятница	Омлет на молоке. Бутерброд с маслом Кофейный напиток на молоке с сахаром 10.00 Сок (Фрукты)	110/120 150/180	Сок, Фрукты	130/90 130/90	Салат из моркови с добавлением растительного масла. Суп с макаронными изделиями на курином бу-не. Овощное рагу с мясом курицы. Компот из сухофруктов сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180	Молоко. Булочка	150/200 50/60	Рис с овощами Костем. Напиток из чернослива... Хлеб.	130/150 150/180

завтрак	2 неделя	Обед	завтрак		Обед		Подник		завтрак	
			выход	выход	выход	выход	выход	выход		
Суп рисовый с маслом, сахаром. Бутерброд с маслом и сыром. Напиток из кураги подслащенный. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	Сок фрукты	130/90 13090	Салат из моркови с добавлением растительного масла. Борщ на м/к бу-не со сметаной. Гречка по-княжески с мясом. Компот из сухофруктов подслащенный. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180	Молоко кипяченое Ватрушка с творогом	150/180 60/70	Каша манная. Чай подслащенный каркале.	130/150 150/180	
Каша крупа ячневая на молоке с маслом, сахаром Бутерброд с маслом. Какшо на молоке с сахаром 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180		130/90	Салат из отварной свеклы порционно. Щи на курином бу-не со сметаной. Картофель тушеный с мясом курицы. Напиток изюмный. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180	Молоко Печенье.. сахарное.	150/180 14/14	Запеканка с творогом с добавлением моркови. С молочным соусом. Кисель плодово-ягодный. Хлеб	130/150 150/180	
Каша пшенная на молоке с маслом, сахаром. Бутерброд с маслом Напиток из чернослива. 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. Лапшевник с отварным мясом. Компот ягодный подслащенный. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180	Кисло-молочная продукция. Бублик заводской	150/180 20/20	Рыбный биточек с картофельным пюре. Чай сладкий с лимоном. Хлеб.	130/150 150/180	
Каша «Геркулес» на молоке со сливочным маслом. Бутерброд с маслом Напиток из цикория на молоке подслащенный. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180		130/90	Салат Горное салце (капуста,огурец,морковь) с добавлением растительного масла. Рассольник на м/к бу-не со сметаной. Тефтели мясные) гарнир гороховое пюре. Напиток «Витаминка» из шиповника. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/20 50/60 100/120 150/180	Молоко. Сушки.	150/180	Овощи тушеные Чай фруктовый.	130/150 150/180	
Каша рисовая на молоке со сливочным маслом. Бутерброд с маслом Какшо на молоке. 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 бу-не со сметаной. Суфле с тушеной капустой. Компот из лимона и изюма подслащенный. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180	Кисло-молочный продукт Печенье. Овсяное.	150/180 14/14	Макароны отварные с тертым сыром. Кисель плодово-ягодный подслащенный. Хлеб	130/150 150/180	

Й
Х
ВКО
робь
рнир
м мес
е сор
пиде
Х ст
о - к
злыва

Тема: Анализ качества приготовления закладок, кулинарная обработка, нормирование, определение качества и калорийности готовых блюд, нормы выдачи, отслеживание приготовления

день недели	завтрак	калории/белки	3 неделя.	калории/белки	обед	калории/белки	полдник	калории/белки	ужин	калории/белки
понедельник	Каша ячневая на молоке. Бутерброд с маслом и сыром. Напиток цикорий на молоке. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180		130/90	Салат из моркови с растительным маслом. Суп «Харчо» на курином бульоне со сметаной. Куриная подлива с отварными рожками. Напиток из чернослива подслащенный. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 50/60 100/120	Молоко Плюшка печеная по-домашнему.	150/200 20/20	Овоши тушеные Чай каркаде. Хлеб.	130/150 150/180
вторник	Каша 5 злаков на молоке. Бутерброд с маслом Напиток из кураги подслащенный. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180		130/90	Салат «весенний»(капуста и морковь) с растительным маслом. Суп рыбный(Суп «Шахтерский» в отсутствие рыбы) Жаркое по-домашнему с мясом. Компот из лимона и изюма. Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 150/180	Молоко кипяченое Печенье крокет.	150/200 14/14	Сырники творожные с молочным соусом. Кисель плодово-ягодный. Хлеб.	130/150 150/180
среда	Омлет с сыром на молоке. Бутерброд с маслом Каша на молоке с сахаром 10.00 Сок (Фрукты)	120/125 25/35 150/180		130/90	Салат из отварных овощей(свекла, морковь, картофель). Суп с мясными фрикадельками. Бигус с мясом. Компот из ягод(клюква) Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 150/180 50/180	Кисло-молочный продукт Ватрушка с творогом	150/200 60/70	Каша кукурузная на молоке. Напиток из шиповника подслащенный Хлеб	130/150 150/180
четверг	Суп гречневый Бутерброд с маслом Чай на молоке фруктовый. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180		130/90	Салат из огурца с капустой с растительным маслом. Свекольник на м/к бу-не Котлета мясная гарнир крупа полтавка. Напиток из кураги подслащенный. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 50/60 100/120 150/180	Молоко кипяченое Булочка молочная домашняя.	150/200 50/60	Плов «Бухарский» Компот из яблок и лимона. Хлеб	130/150 150/180
пятница	Каша манная на молоке с маслом, сахаром. Бутерброд с маслом и сыром. Напиток из цикория на молоке с сахаром. 10.00 Сок (Фрукты)	139/150 5/6 25/35 150/180		130/90	Салат из моркови с чесноком с добавлением раст-ого масла. Щи на курином бу-не со сметаной. Картофельно—морковная запеканка с рыбным фаршем. Компот из сухофруктов сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 60/70 90/110 150/180	Кисло-молочный продукт. Печенье овсяное.	150/200 20/20	Гречка отварная с мясом птицы. Кисель плодово-ягодный Хлеб.	130/150 150/180

бы
иры
есте
эрока
щевой

толах с
костный
аются на

Тема: ...
 закладка, кулинарная ...
 ... качества и калорийности готово...
 ... отслеживание приготовления...

	Завтрак	4 неделя		Обед		Полдник		Ужин
понедельник	Каша крупа пшеничная на молоке с маслом, сахаром. Бутерброд с маслом. Чай каркаде. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	130/90	Салат отварная свекла с растительным маслом. Борщ на курином бу-не с фасолью. Плов с мясом птицы Компот из сухофруктов сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180	Молоко кипячено с Плюшка печеная молочная.	50/200 60/70	Отварные рожки с тертым сыром. Чай с добавлением молока. Подслащенный.
вторник	Каша «Дружба» на молоке с маслом, сахаром. Бутерброд с маслом. Напиток из цикория на молоке. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	130/90	Салат моркови с чесноком с растительным маслом. Суп крестьянский на м/к бу-не со сметаной. Азу с гороховым пюре. Компот из лимона и изюма. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 50/60 100/120 150/180	Кисло-молочный продукт. Печенье крокет.	150/200 20/20	Сырники с молочным соусом из творога. Кисель сладкий плодово-ягодный. Хлеб
среда	Суп вермишель в молоке. Бутерброд с маслом Какао на молоке с сахаром 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	130/90	Салат из капуста со сладким перцем с раст-ым маслом. Рассольник со сметаной на м/к бу-не. Тефтели мясные с картофельным пюре. Компот из ягод (клюква) Хлеб пшеничный, ржаной	30/40 150/200 50/60 100/120 150/180	Молоко кипячено с. Булблик.	150/200 50/60	Каша на молоке манная сладк. Напиток из шиповника. Хлеб.
четверг	Каша геркулесовая на молоке с сахаром Бутерброд с маслом Напиток из чернослива 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	130/90	Салат из св.помидор и лука с растительным маслом. Суп на курином бу-не с макаронными изделиями. Овощное рагу с мясом кур. Компот из яблок и изюма. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 150/180 150/180	Кисло-молочная продукция. Сушки.	150/200 14/14	Рыба польски с томатным подливом.Чай сладкий с лимоном.
пятница	Каша рисовая на молоке сладкая. Бутерброд с маслом и сыром. Чай фруктовый с сахаром. 10.00 Сок (Фрукты)	130/150 25/35 150/180	130/90	Салат «Витаминный»(морковь и отварная свекла) с растительным маслом. Суп с гороховый на м/к бу-не.Суфле мясное с отварной гречневой крупой. Компот из сухофруктов сладкий. Хлеб пшеничный, ржаной.	30/40 150/200 50/60 100/120 150/180	Молоко кипячено с. Печенье сахарное.	150/200 50/60	Сложный гарнир(картофельное пюре и тушеная капуста с добавлением фасоли.) Кисель сладкий. Хлеб

Оставляем право за собой на замену блюд в связи с недопоставкой продуктов поставщиками, не предоставлением необходимых сопроводительных документов на данный вид продукции

з.
и
ое
же
док
тра
«Об
орое
нием
ечень
блода
логии
логией
отовых
Только
1. Пробы
гарниры
ом месте
ее сорока
пищевой
с столах с
— костный
иваются н