

Г. УСТЬ-Каменогорск

Директор

г. Усть-Каменогорск, 2024-2025

Дни недели	Наименование блюд	Возраст	
Первый день			
Первый завтрак	Каша ячневая молочная	150	180
	Хлеб с маслом,сыр	30/5/10	30/7/15
	Чай на молоке	150	180
Второй завтрак	Фрукты	150	180
Обед	Салат из свеклы с яблоком	40	50
	Суп вермишелевый на курином бульоне	150	180
	Рагу из курицы	180	200
	Компот из свежих яблок и сухофруктов	150	180
	Хлеб пшеничный	20	50
	Хлеб ржаной	30	60
	Полдник	Молоко кипяченое	60
Ужин	Печенье	150	180
	Рулет из капусты	15	20
	Хлеб пшеничный Сок натуральный	150	180

Дни недели	Наименование блюд	Возраст	
Второй день			
Первый завтрак	Пудинг творожно-морковный	150	180
	Соус яблочный Хлеб с маслом сыром	30/5	30/7
	Чай сладкий на молоке	150	180
Второй завтрак	Фрукты	120	60
Обед	Свекольник с яйцом и сметаной к/б	40	50
	Шницель мясной	150	180
	Картофель запеченный в молочном соусе	60	70
	Хлеб ржаной	120	130
	Компот из чернослива	150	180
	Кефир	150	180
Ужин	Ватрушка с повидлом	50	50
	Чай сладкий	150	180
	Соус томатный	150	180
	Каша перловая рассыпчатая	150	180
	Хлеб пшеничный	30/5/10	30/7/15

Дни недели	Наименование блюд	Возраст	
Третий день			
Первый завтрак	Каша пшенная вязкая на молоке	150	180
	Хлеб с маслом сыром	30/5/10	30/7/15
	Чай на молоке	150	180
Второй завтрак	Фрукты	150	180
Обед	Щи из св.капусты на мясо-костном со сметаной	40	50
	Гуляш из отварного мяса в молочно-сметанном соусе	150/5	180/10
	Макароны запеченные с яйцом	180	200
	Компот из кураги	150	180
	Хлеб пшеничный	30	80
	Хлеб ржаной	30	60
	Кисель	150	180
Полдник	Пирожки с катрош	15	20
	Овощная запеканка по-украинский	180	200
Ужин	Хлеб пшеничный	150	180
	Сок натуральный	150	180

Дни недели	Наименование блюд	Возраст	
Четвертый день			
Первый завтрак	Омлет из яиц	150	180
	Каша гречневая рассыпчатая	30/5	30/7
	Хлеб с маслом	150	180
	Чай сладкий на молоком		
Второй завтрак	Фрукты	150	180
Обед	Рассольник на костном бульоне	40	50
	Азу с мясом	150	180
	Томаты свежие с растительным маслом	60	70
	Компот из шиповника	120	130
	Хлеб пшеничный	20	50
	Хлеб ржаной	30	60
Полдник	Снежок	150	140
	Булочка с изюмом	150	180
Ужин	Овощи тушеные	50	50
	Хлеб пшеничный		
	Чай с лимоном	150	180

Дни недели	Наименование блюд	Возраст	
Пятый день			
Первый завтрак	Каша рисовая молочная	150	180
			30/7/15
	Соус яблочный	150	180
	Хлеб с маслом		
	Чай каркаде	150	180
Второй завтрак	Фрукты	150	180
Обед	Суп фасолевый	40	50
	Рулет из картофеля с отварным мясом	150	180
	Салат из свежих огурцов с луком	60	70
	Хлеб ржаной	60	70
	Хлеб пшеничный	120	130
	Компот с лимоном	150	180
Полдник	Чай с лимоном	160	140
Ужин	Картофельное пюре Сухарики	150	180
	Сырники творожные запеченные	30/5/12	
	Хлеб пшеничный	120	130
	Сок натуральный	150	200

Дни недели	Наименование блюд	Возраст	
Шестой день			
Первый завтрак	Каша Дружба	150	180
	Хлеб с маслом	30/5	30/7
	Чай на молоке	150	180
Второй завтрак	Фрукты	150	180
Обед	Бульон куриный с гренками	40	50
	Плов из кур	150	180
	Салат из редьки и овощей	60	70
	Хлеб ржаной	120	130
	Хлеб пшеничный	150	180
	Кампот из сухофруктов	20	50
Полдник	Чай с молоком	150	180
Ужин	Печенье	150	180
	Творожная запеканка с сухофруктвми	50	80
	Чай сладкий	150	180
	Хлеб пшеничный	10	30

Дни недели	Наименование блюд	Возраст	
Седьмой день			
Первый завтрак	Каша гречневая молочная	150	180
	Хлеб с маслом, сыр	30/5/12	30/7/15
	Какао сладкий с молоком	150	180
Второй завтрак	Фрукты	120	60
Обед	Суп гороховый с гренками	40	50
	Мясо тушенное с овощами	150	180
	Салат витаминный с растительным маслом	60	70
	Густой кисель из отвара шиповника	120	130
	Хлеб пшеничный	20	50
	Хлеб ржаной	30	60
Полдник	Кисель Сдоба	150	200
Ужин	Рыбная котлета с картофелем	150	180
	Хлеб пшеничный	50	50
	Чай с сахаром	10	30

Дни недели	Наименование блюд	Возраст	
Восьмой день			
Первый завтрак	Омлет с зеленым горошком	150	180
	Хлеб с маслом	30/5/10	30/7/15
	Салат из моркови и изюма	150	180
	Чай на молоке		
Второй завтрак	Фрукты	150	180
Обед	Суп перловый	40	50
	Бефстроганов в молочно-сметанном соусе	150	180
	Картофель отварной	180	200
	Салат из свежей капусты со свеклой	150	180
	Хлеб пшеничный	30	80
	Хлеб ржаной	30	60
	Компот кураги		
	Полдник	Чай с лимоном	180
	Вафли	150	180
Ужин	Голубцы с гречневей кашей		
	Хлеб пшеничный		
	Свежий фрукт		
	Чай с сахаром		

Дни недели	Наименование блюд	Возраст	
Девятый день			
Первый завтрак	Каша молочная манная с печеньем	150	180
	Хлеб с маслом	30/5	30/7
	Чай на молоке	150	180
Второй завтрак	Фрукты	120	60
Обед	Суп с клецками на костном бульоне	40	50
	Мясной рулет с рисом и зеленью	150	180
	Салат из свеклы с маслом	60	70
	Компот из шиповника	150	180
	Хлеб пшеничный	20	50
	Хлеб ржаной	30	60
Полдник	Йогурт Рогалик с повидлом	150	180
Ужин			
	Картофель отварной, запеченный в масле	15	20
	Чай с лимоном	50	50
	Хлеб пшеничный	10	30

Десятый день			
Первый завтрак	Каша геркулесовая		
	Соус яблочный	30/5	30/7
	Хлеб с маслом сыром	150	180
	Кофе сладкий на молоке		
Второй завтрак	Фрукты	150	180
Обед	Борщ красный со сметаной	40	50
	Запеканка макаронная с мясом	150	180
	Салат из соленых огурцов	60	70
	Компот из изюма, чернослива и яблок	150	180
	Хлеб пшеничный	20	50
	Хлеб ржаной	30	60
Полдник	Молоко кипяченое Вафли	150 60	180 70
Ужин	Пудинг пшеничный с творогом и морковью	150	180
	Чай каркаде	150	180
	Хлеб пшеничный	10	30

Д/с. Кузнецкий Н. Кузнецкая.



Утверждаю:
Директор ТОО
«Детский сад-ясли «Бәбек»
Корпус KinderVille
балабақша-ясли»
Б.А. Оспанова

Перспективное десятидневное меню на 2024-2025 год
Лето-осень

День	Наименование блюда	Выход блюд. Если 1-3года	Выход блюд: Сад с 3х –до 6 лет
1 день	Завтрак		
	Каша манная на молоке с маслом	150гр	200гр
	Хлеб пшеничный	35гр	40гр
	Масло сливочное	5гр	10гр
	Цикорий сладкий на молоке	150гр	200гр
	Второй завтрак		
	Фрукты	120гр	150гр
	Обед		
	Салат из св. капусты, болг.перца и моркови на р/м	40гр	60гр
	Суп гороховый на к/б	150гр	200гр
2 день	Плов из куриного филе	60/120гр	70/130гр
	Хлеб ржаной	25гр	30гр
	Кисель	150гр	180гр
	Полдник		
	Овощное рагу с зеленью	150гр	180гр
	Хлеб пшеничный	20гр	20гр
	Чай сладкий с молоком	150гр	180гр
	Ужин		
	Пудинг творожный	150гр	180гр
	Сок	150гр	180гр
	Завтрак		
	Каша 7 злаков на молоке с маслом	150гр	200гр
	Хлеб пшеничный	35гр	40гр
	Масло сливочное	5гр	5гр
	Какао сладкое на молоке	150гр	200гр
	Второй завтрак		
	Сок фруктовый	150гр	180гр
	Обед		
	Салат из св. огурцов и кукуруза с р/м	40гр	60гр
	Суп рассольник на к/б со сметаной	150/5гр	200/5гр
	Биточки мясные с картофельным пюре	60/120гр	70/130гр
	Хлеб ржаной	25гр	30гр
	Компот из сухофруктов	150гр	180гр
	Полдник		
	Шарлотка	50гр	60гр
	Питьевой йогурт	150гр	200гр
	Ужин		
	Каша пшеничная на молоке с маслом	150гр	180гр
	Хлеб пшеничный	20гр	20гр
	Чай сладкий с лимоном	150/5гр	180/10гр

	Вафли	15 гр	15 гр
3 день	Завтрак		
	Каша «Дружба» (рис,пшено) на молоке с маслом	150гр	200гр
	Сыр	5гр	40гр
	Хлеб пшеничный	35гр	40гр
	Чай сладкий с молоком	5гр	5гр
		150гр	180гр
	Второй завтрак		
	Фрукты	120гр	130гр
	Обед		
	Салат «Летний» (капуста, морковь,зелень)	40гр	60гр
	Суп солянка сборная со сметаной		
	Бигус мясной	150гр	200гр
	Хлеб ржаной	60/120гр	70/130гр
	Кисель	25гр	30гр
		150гр	180гр
	Полдник		
	Каша ячневая на молоке с маслом	150гр	180гр
	Хлеб пшеничный	20гр	20гр
	Чай сладкий с молоком	150гр	180гр
	Ужин		
	Булочка	50гр	60гр
	Молоко	150гр	200гр
4 день	Завтрак		
	Каша кукурузная на молоке с маслом	150гр	200гр
	Хлеб пшеничный	35гр	40гр
	Масло сливочное	5гр	5гр
	Чай сладкий с молоком	150гр	180гр
	Второй завтрак		
	Фрукты	120гр	150гр
	Обед		
	Салат из св огурцов и помидоров с р/м	40гр	60гр
	Суп уха	150гр	200гр
	Котлета из гов.фарша	60гр	70гр
	Рисовый гарнир	120гр	130гр
	Хлеб ржаной	25гр	30гр
	Компот из сухофруктов	150гр	180гр
	Полдник		
	Каша пшеничная на молоке с маслом	150гр	180гр
	Хлеб пшеничный	20гр	20гр
	Чай сладкий с молоком	150гр	180гр
	Ужин		
	Ватрушка с творогом	50гр	60гр
		150гр	180гр

	Какао сладкое на молоке		
5 день	Завтрак Каша пшеничная на молоке с маслом Хлеб пшеничный Сыр Цикорий сладкое на молоке Печенье Второй завтрак Сок фруктовый Обед Салат витаминный на р/м (свекла, капуста, морковь) Суп фрикадельки на со сметаной Поджарок из мяса гарнир Макароны Хлеб ржаной Кисель Полдник Каша манная на молоке с маслом Хлеб пшеничный Чай сладкий с молоком Ужин Творожная запеканка с изюмом Чай сладкий с лимоном	150гр 35гр 5гр 150гр 15гр 150гр 40гр 150/5гр 60гр 120гр 25гр 150гр 150гр 20гр 150гр 150гр 150гр 150/5гр	200гр 40гр 10гр 200гр 25гр 180гр 60гр 200/5гр 70гр 130гр 30гр 180гр 180гр 20гр 180гр 180гр 180г 180/10гр

6 день	Завтрак		
	Каша ячневая на молоке с маслом	150гр	200гр
	Хлеб пшеничный	35гр	40гр
	Масло сливочное	5гр	5гр
	Какао сладкое на молоке	150гр	200гр
	Второй завтрак		
	Фрукты	120гр	150гр
	Обед		
	Салат из св. овощей с зеленых горошком на р/м	40гр	60гр
	Суп со «звездочками» и картофелем на к/б	150/5гр	200/5гр
7 день	Тефтели из гов.фарша	60гр	70гр
	Гречневый гарнир	120гр	130гр
	Хлеб ржаной	25гр	30гр
	Компот	150гр	180гр
	Полдник		
	Омлет	150гр	180гр
	Хлеб пшеничный	20гр	20гр
	Чай сладкий с молоком	150гр	180гр
	Ужин		
	Самса	150гр	180гр
	Чай сладкий с молоком	150гр	180гр
	Завтрак		
	Каша геркулесовая на молоке с маслом	150гр	200гр
	Хлеб пшеничный	35гр	40гр
	Сыр	5гр	5гр
	Чай сладкий с молоком	150гр	200гр
	Второй завтрак		
	Сок натуральный	150гр	180гр
	Обед		
	Салат морковный на р/м	40гр	60гр
	Борщ на к/б со сметаной		
	Куриное филе с подливой	150/5гр	200/5гр
	Гарнир макароны	60гр	70гр
	Хлеб ржаной	120гр	130гр
	Хлеб пшеничный	25гр	30гр
	Кисель	150гр	180гр
	Полдник		
	Каша из злаков на молоке с маслом		
	Хлеб пшеничный	150гр	180гр
	Чай сладкий с молоком	20гр	20гр
	Ужин		
	Пирожки с картошкой	150гр	180гр
	Ряженка	150гр	200гр

8 день	Завтрак		
	Каша кукурузная на молоке с маслом	150гр	200гр
	Хлеб пшеничный	35гр	40гр
	Масло сливочное	5гр	5гр
	Какао сладкое на молоке	150гр	200гр
	Второй завтрак		
	Фрукты	120гр	150гр
	Обед		
	Салат из св. капусты, болг.перца и моркови р/м	40гр	60гр
	Суп рисовый на к/б	150гр	200гр
	Гуляш из гов.мяса	60гр	70гр
	Гороховое пюре	120гр	130гр
	Хлеб ржаной	25гр	30гр
	Хлеб пшеничный	150гр	180гр
	Компот из сухофруктов		
9 день	Полдник		
	Каша гречневая на молоке с маслом	150гр	180гр
	Хлеб пшеничный	20гр	20гр
	Чай сладкий с молоком	150гр	180гр
	Ужин		
	Пирожки из капусты	50гр	60гр
	Сок	150гр	180гр
	Завтрак		
	Каша пшеничная на молоке с маслом	150гр	200гр
	Хлеб пшеничный	35гр	40гр
	Сыр	5гр	10гр
	Цикорий сладкое на молоке	150гр	200гр
	Второй завтрак		
	Сок фруктовый	150гр	180гр
	Обед		
	Салат из св. капусты и моркови р/м	40гр	60гр
	Суп лапша на к/б	150гр	200гр
	Котлета из рыбного фарша	60гр	70гр
	Картофельное пюре на гарнир	120гр	130гр
	Хлеб ржаной	25гр	30гр
	Компот из сухофруктов	150гр	180гр
	Полдник		
	Каша манная на молоке с маслом	150гр	180гр
	Хлеб пшеничный	20гр	20гр
	Чай сладкий с молоком	150гр	180гр
	Вафли	10гр	25гр
	Ужин		
	Булочка	50гр	60гр
	Йогурт питьевой	150гр	180гр

10 день	Завтрак		
	Суп молочно вермишелевый	150гр	200гр
	Хлеб пшеничный	35гр	40гр
	Масло сливочное	5гр	5гр
	Чай с лимоном	150/5гр	180/10гр
	Второй завтрак		
	Фрукты	120гр	150гр
	Обед		
	Салат «Болгарский» (огурцы ,помидоры ,перец сладкий) р/м	40гр	60гр
	Суп свекольный на к/б со сметаной	150гр	200гр
	Теремок Учмак	60/120гр	70/130гр
	Хлеб ржаной	25гр	30гр
	Хлеб пшеничный	150гр	180гр
	Кисель		
	Полдник		
	Овощной рагу с зеленью		
	Чай сладкий с молоком	50гр	60гр
		150гр	200гр
	Ужин		
	Лагман	150гр	180гр
	Хлеб пшеничный	20гр	20гр
	Чай сладкий с молоком	150гр	180гр

Д/с



М. Нурахметова