

"УТВЕРЖДАЮ"
 Руководитель ГУ "Отдел образования
 Узунсайского района" УОАКО
 К.Х. Алиев
 2022г.



Перспективное меню ЗИМА - ВЕСНА для воспитанников ДО

Наименование блюд	Выход блюда, г		Ингредиенты блюда	Норма 1-3 лет	Стоимость (тенге)	Норма 3-5 лет	Стоимость (тенге)
	1-3 лет	3-5 лет					
Первая неделя 1 день							
Завтрак:							
Каша манная молочная с маслом	150	180	Манка	20		30	
			масло сливочное	10		10	
			молоко	150		180	
Чай с молоком с сахаром	150	180	сахар	10		10	
			чай	0,2		0,2	
			сахар	10		10	
хлеб с маслом	31	46	молоко	10		10	
			Хлеб	31		46	
			масло сливочное	6		6	
Обед							
Суп вермишелевый на мясо- костном бульоне	150	180	Мясо	20		40	
			Вермишель	20		30	
			Картофель	40		60	
			Морковь	20		20	
			лук	20		20	
			масло	5		7	
			растительное				
			соль	2		2	
					520		664

Картофель тушеный с мясом	180	200	мясо гов.	60	80
			Картофель	80	100
			Морковь	20	20
			Лук	20	20
			Масло растительное	5	7
			соль	2	2
			сухофрукты	10	10
			сахар	10	10
			хлеб	30	40
	2 день				
Завтрак:					
Каша гречневая с маслом	150	180	крупа гречневая	20	30
			масло сливочное	10	10
молоко кипяченое	150	180	Молоко	150	180
	23	33	хлеб	21	31
Хлеб с маслом			масло	6	6
Печенье	4	10	печенье	4	10
Обед:					
Салат "Луковый"	40	50	Лук	20	30
			Морковь	20	30
борщ на м/к бульоне	150	180	мясо/кости	20	40
			картофель	40	60
			капуста	20	30
			лук	10	20
			соль	2	2
			томат	5	5
			масло растительное	5	7
			мясо говядина	80	100
			картофель	60	70
			мука	16	20
Компот из сухофруктов с сахаром	150	180	сухофрукты	10	10
	30	40	сахар	10	10
хлеб			хлеб	30	40
3 день					
Завтрак:					
Суп молочный вермишелевый с	150	180	крупа манная	20	30
					520
					664

Чай с молоком и сахаром	150	180	масло сливочное чай сахар молоко	6 0,2 10 10
Обед:				
Салат "Винегрет"	40	50	свекла морковь картофель зел.горошек масло растительное	10 10 10 10 5 7
Суп рыбный с рисом	150	180	Лук Картофель Рис Морковь Лук масло растительное консерва	5 60 30 10 10 7 520
Штруделя с мясом	180	200	мясо мука картофель морковь лук масло растительное	50 80 40 80 10 10 7
Компот	150	180	С.фрукты Сахар хлеб	2 10 10 40
5 День	30	40	хлеб	40
Завтрак:				
Каша "Дружба" молочная с маслом	150	180	молоко пшено рис	180 15 15
Чай с молоком с сахаром	150	180	масло сливочное чай сахар молоко	10 0,2 20 10
				664

Чай с молоком и сахаром	150	180	масло сливочное	6	520	10
			чай	0,2		0,2
			сахар	10		10
			молоко	10		10
Обед: Салат "Морковный"	40	50	Морковь	25	664	35
			масло растительное	5		7
			лук	10		10
			мясо/кости	20		40
Суп рассольник на мясо-костном бульоне	150	180	картофель	60	520	70
			перловка	20		30
			масло растительное	5		7
			лук	10		10
			морковь	10		10
			соль	2		5
			томат	5		5
			мясо гов	60		80
			морковь	10		10
			хлеб	18		26
лук	10	10				
рис	50	70				
масло растительное	5	7				
Компот из сухофруктов, хлеб	150	180	с.фрукты	10	664	10
			сахар	10		10
			хлеб	30		40

Перспективное меню ЛЕТО - ОСЕНЬ для воспитанников ДО

Наименование блюд	Выход блюда, г		Ингредиенты блюда	Норма 1-3 лет	Стоимость (тенге)	Норма 3-5 лет	Стоимость (тенге)
	1-3 лет	3-5 лет					
Первая неделя 1 День							
Завтрак: Каша манная молочная с маслом	150	180	Манка масло сливочное молоко сахар	20 4 150 8		30 6 180 10	

Чай с молоком	150	180	Чай	0,2				0,2
			сахар	8				10
			молоко	10				10
хлеб с маслом	31	46	Хлеб	31				46
			масло сливочное	4				6
бананы	90	60	бананы	90				60
Обед								
Салат "Капустный"	40	50	Капуста	20				30
			Масло	5				7
			растительное					
Суп "Харчо" на мясо-костном бульоне	150	180	Мясо	20				40
			Морковь	20				30
			лук	10				15
Картофельная запеканка с мясом	180	200	масло	5				7
			растительное					
			соль	2				5
			рис	20				30
			мясо	40				80
			картофель	120				190
			масло	5				7
			растительное					
			лук	10				15
Компот из сухофруктов с сахаром	150	180	сухофрукты	10				10
Хлеб	27	40	сахар	10				10
			хлеб пшеничный	27				40
2 день								
Завтрак:								
Каша "Дружба" молочная с маслом	150	180	рис	10				15
			масло сливочное	12				20
			пшено	10				15
Чай с молоком	150	180	Молоко	10				10
			чай	1				1
			сахар	10				10
Хлеб с маслом	23	33	хлеб	21				31
			масло	12				20
Печенье	4	10	печенье	4				10
яблоки	90	60	яблоки	90				60
Обед								
Суп крестьянский с крупой на	150	180	мясо/кости	20				40

664

520

мясо-костном бульоне				картофель	40				60	664
				ячка	20				30	
				лук	20				30	
				соль	2				5	
				морковь	10				15	
				масло	5				7	
				растительное						
	Штруделя с мясом	180	200	мясо говяжье	40				60	
				картофель	20				30	
				мука	16				20	
			морковь	10,00				15		
			лук	10,00				15		
			масло	5,00				7		
			растительное							
Компот из сухофруктов с сахаром	150	180	сухофрукты	10				10		
Хлеб	18	31	сахар	10				10		
Хлеб			хлеб	18				20		
3 день										
Завтрак:										
Каша кукурузная молочная с маслом	150	180	кукуруза	20				30		
			масло сливочное	5				5		
			молоко	130				140		
			сахар	10				10		
			Хлеб	31				46		
Хлеб с маслом	31	46	масло сливочное	6			6			
Чай с молоком	150	180	чай	1				2		
			сахар	10				15		
			молоко	10				10		
			груши	90				60		
			печенье	4	10	печенье	4			10
Обед:										
Салат "Овощной с зеленым горошком"	40	50	зел.горошек	20				30		
			картофель	10				15		
			морковь	10				15		
			лук	10				15		
			масло	5				7		
			растительное							
суп картофельный с фасолью на	150	180	мясо	20				40		
664										

520

520

664

664

Гречка тушеная с мясом	180	200	гречка	20	30
			мясо	40	80
			Морковь	20	30
			Лук	20	30
			масло	12,00	20
			растительное		
			соль	2,00	5
			С.фрукты	10	10
			Сахар	10	10
			хлеб	18	26
5 День					
Завтрак:					
Каша ячневая молочная с маслом	150	180	молоко	130	140
			ячка	20	30
			масло сливочное	12	20
			сахар	10	10
Чай с молоком	150	180	чай	1	1
			сахар	10	10
Хлеб с маслом	31	46	молоко	10	10
			хлеб	27	40
Печенье	4	10	масло сливочное	12	20
	90	60	печенье	4	10
			яблоки	90	60
Обед Салат "Огуречик"	40	50	огурцы свежие	20	30
			масло	12	20
			подсолнечное		
			соль	2	5
			мука	12	20
			морковь	10	10
			соль	2	5
			масло	5	7
			растительное		
			лук	10	10
суп лапша с яйцом на мясо-костном бульоне	150	180	мясо	20	40
			яйцо	25	50
Голубцы ленивые с маслом	180	200	мясо	40	80
520					
664					

хлеб компот	27	40	лук масло раст капуста хлеб пшеничный с.фрукты	10 5 20 27 10	10 7 30 40 10
Вторая неделя 1 день					
Завтрак:					
каша рисовая молочная с маслом	150	180	рис масло сливочное молоко сахар	20 6 130 10	30 10 150 10
Хлеб с маслом	21	31	хлеб пшеничный масло сливочное	21 6	31 10
чай с молоком	150	180	чай сахар молоко	1 10 10	1 10 10
печенье	4	10	печенье	4	10
груши	90	60	груши	90	60
Обед:					
Суп кулеш пшеничный на мясо- костном бульоне	150	180	мясо/кости картофель пшено масло растительное лук морковь соль	20 60 20 5 5 10 2	40 70 30 5 10 13 5
Вареники с мясом	180	200	мясо рис Масло растительное лук картофель морковь мука с.фрукты сахар хлеб	40 10 5 10 10 60 15 16 10 10 18	80 10 7 10 120 15 20 10 10 26
Компот из сухофруктов хлеб	150	180			
2 День					

520

664

печенье	4	10	печенье	4	10		
Бананы	90	60	бананы	90	60		
Обед:							
суп гороховый с гречками на мясо-костном бульоне	150	180	мясо	20	40		
			картофель	60	70		
			морковь	20	20		
			лук	10	20		
			масло	5	7		
			растительное	2	5		
			соль	20	30		
			горох	16	20		
Вареники с картофельной начинкой	180	200	мука	60	120		
			картофель	5	7		
			масло	10,00	10		
			растительное	10	10		
			лук	10	10		
Компот из сухофруктов с сахаром	150	180	с.фрукты	10	10		
Хлеб	18	26	сахар	18	26		
			хлеб пшеничный	20	30		
4 день							
Завтрак:							
каша рисовая с изюмом	150	180	крупя рисовая	5	5		
			масло сливочное	10	10		
			изюм	10	10		
			сахар	31	46		
Хлеб с маслом	31	46	хлеб	6	6		
			масло сливочное	10	10		
Какао с молоком	150	180	какао	120	120		
			сахар	90	60		
			молоко	4	10		
Яблоки	90	60	яблоко	20	30		
			печенье	5	7		
Салат "Свекольный"	40	50	свекла	20	30		
			масло	20	30		
			растительное	60	70		
суп рыбный с макаронами	150	180	консерва	20	45		
			картофель	60	70		
			макароны	20	30		

Капуста тушенная с мясом	180	200	морковь лук масло растительное соль мясо морковь лук томат масло растительное	20 20 5 2 40 20 20 5,00 5,00 20,00	30 30 7 5 80 30 30 5 7 30
Компот из сухофруктов с сахаром	150	180	сухофрукты сахар	10 10	10 15
Хлеб	27	40	хлеб пшеничный	27	40
5 День					
Завтрак:					
каша пшеничная молочная с маслом	150	180	пшено масло сливочное молоко сахар	20 10 130 10	30 10 140 10
бутерброд с маслом и сыром	31	46	хлеб масло сливочное сыр	21 6 3	31 10 5
Чай с молоком и сахаром	150	180	чай сахар молоко	1 10 150	1 10 180
печенье	4	10	печенье	4	10
яблоки	90	60	яблоки	90	60
Суп рассольник на мясо-костном бульоне	150	180	мясо/кости картофель перловка масло растительное лук морковь соль томат	20 60 20 5 5 10 10 2 5	40 70 30 7 10 10 5 5
			творог	40	40
					664
					520

20
10
30
7
10
5
26
20

мука	16
лук	10
рис	20
масло	5
растительное	
с.фрукты	10
сахар	10
хлеб	18
мука	16

180	200
150	180

Компот из сухофруктов хлеб
