



УТВЕРЖДАЮ

Заведующая ГККП «Ясли-сад

«Нур бала»

А. Айжарыкова

Меню на первую неделю

№	Завтрак	Завтрак II	Обед	Полдник	Ужин
1 день	1. Каша манная молочная-200гр 2. Масло сливочное-5гр 3. Батон – 30 гр 4. Кофе напиток на молоке-200 гр 5. Сыр – 5гр	Фрукты	1. Салат морковный -60гр 2. Борщ со сметаной-200 гр 3. Плов с мясом кур – 170 гр 4. Кисель -180 гр 5. Хлеб пшен, рж-30/20	1. Молоко 3,2% -200гр 2. Кондитерское изделие(вафли)	1. Вареники из творога - 200гр 2. Чай с сахаром- 200гр 3. Хлеб пшен- 20
2 день	1. Каша геркулесовая молочная-200гр 2. Масло сливочное-10гр 3. Батон-30гр 4. Кофе напиток на молоке-200 гр 5. Сыр-5гр	Фрукты	1. Салат (огурцы, помидор)- 60 гр 2. Суп фасолевый со сметаной-200гр 3. Рубленые голубцы в томатно-сметанном соусе- 170 гр 4. Компот из с/ф -180гр 5. Хлеб пшен, рж-30/20	1. Кефир	1. Суп рыбный с овощами- 100 гр 2. Чай с сахаром- 200гр 3. Хлеб пш. рж-20/20
3 день	1. Каша ячневая молочная-200гр 2. Масло сливочное-10 гр 3. Батон-30гр 4. Кофе напиток на молоке-200гр 5. Сыр-5гр	Фрукты	1. Салат из св. овощей (капуста с морковкой) на м/р-60гр 2. Суп кудрявый на к/б-200гр 3. Жаркое с мясом-170гр 5. Компот-180 гр 6. Хлеб пшен, рж-50/40	1. Молоко 3,2% -200гр 2. Кондитерское изделие(печенье)	1. Суп молочный рисовый- 100гр 2. Чай сладкий -200гр 3. Хлеб пш. рж-20/20
4 день	1. Каша пшенная молочная-200гр 2. Масло сливочное -10гр 3. Батон -30 4. Кофе напиток на молоке-200гр 5. Сыр -5гр	Фрукты	1. Салат (огурцы, помидор)- 60гр 2. Лапша домашняя-200гр 3. Гуляш из мяса кур-80гр 4. Картофельное пюре-100 гр 5. Компот из с/ф-180гр 6. Хлеб пшен, ржаной-30/20	1. Йогурт-200 гр	1. Биточки рыбные овощное рагу– 200гр 2. Чай с сахаром- 200гр
5 день	1. Каша кукурузная молочная-200гр 2. Масло сливочное-10гр 3. Батон-30гр 4. Кофе напиток на молоке-200 гр	Фрукты	1. Салат (свекольный) на м/р- 60гр 2. Суп гороховый со сметаной-200гр 3. Рулет мясной -80гр 4. Капуста тушеная -100гр 5. Компот из с/ф-180гр 6. Хлеб пшен, рж-30/20	1. Молоко 3,2% -200гр 2. Кондитерское изделие(печенье)	1. Яйцо отварное 2. Ватружки с творогом 3. Чай с сахаром- 200гр