

«Утверждаю»
Заведующая КТКП «Ясли-сад № 8»
Берегунова З.К.



Перспективное меню на зимне-весенний период 2022-2023года

С 01.02.2023 по 31.05.2023 г

№ п/п	1 завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1 день	1.Каша полтавка на молоке с сахаром и сливочным маслом 2.Какао на молоке с сахаром. 3.Батон с маслом.	Сок натуральный (Фрукты)	1.Салат «Чиполлино» 2.Суп с рубленым яйцом и зеленым горошком, на к/бульоне со сметаной. 3.Гуляш мясной, макароны отварные. 4.Компот из сухофруктов. 5.Хлеб пшеничный и ржаной.	Молоко Вафля. (печенье)	1. Бухарский плов. 2.Чай с лимоном.
2 день	1.Омлет на молоке. 2.Чай с конфетой. 3 Плетенка с маком. 4.Сыр.	Фрукты (Сок)	1.Салат «Витамин». 2.Суп «Рассольник» на м/костном бульоне со сметаной. 3.Жаркое по-домашнему. 4.Кисель плодово-ягодный. 5.Хлеб пшеничный и ржаной.	Йогурт Булочка домашняя с джемом.	1.Каша манная молочная с сахаром и сливочным маслом. 2 Кофейный напиток на молоке с сахаром . 3.Батон.
3 день	1.Каша пшенная на молоке с сахаром и сливочным маслом. 2.Какао на молоке с сахаром. 3.Батон с маслом.	Сок (Фрукты)	1.Салат из вареных овощей с р/м. 2.Суп «Шахтерский» на м/костном бульоне. 3.Ленивые голубцы со сметаной. 4.Компот из сухофруктов. 5.Хлеб пшеничный и ржаной.	Кисель. Бублик (печенье)	1.Макароны с сыром. 2.Чай сладкий с лимоном. 3.Батон.
4 день	1.Каша «Дружба» на молоке с сахаром и сливочным маслом. 2.Кофейный напиток на молоке с сахаром. 3.Плетенка с маком. 4.Сыр.	Фрукты (Сок)	1.Салат из свеклы с чесноком и р/м. 2.Суп картофельный с рыбой (горбуша, минтай) . 3.Мясные биточки, картофельное пюре 4.Кисель плодово-ягодный.. 5.Хлеб пшеничный и ржаной.	Компот из сухофруктов. Вафля (печенье)	1.Запеканка творожная королевская . 2.Чай с молоком с сахаром.
5 день	1.Каша геркулесовая на молоке с сахаром и сливочным маслом. 2.Какао на молоке с сахаром. 3.Батон с маслом.	Сок натуральный (Фрукты)	1.Салат «Рыжик» с р/м. 2.Щи на м/костном бульоне со сметаной. 3.Бефстроганов из мяса, гречка(перловка) отварная. 4.Компот из сухофруктов. 5.Хлеб пшеничный и ржаной.	Кисель печенье	1.Вареники с картофелем . 2.Чай сладкий.

6 день	1.Суп молочный кулеш с сахаром и сливочным маслом. 2.Кофейный напиток на молоке с сахаром. 3.Батон с маслом.	Сок натуральный (Фрукты)	1.Салат «Луковый» с р/м. 2.Суп «Антошка» на курином бульоне. 3.Азу по – татарски , ячка отварная 4.Кисель плодово-ягодный.. 5.Хлеб пшеничный и ржаной.	Молоко печенье.	1.Лангетник с сыром. 2..Компот.
7 день	1.Каша кукурузная на молоке с сахаром и сливочным маслом. 2.Какао на молоке с сахаром. 3.Плетенка с маком. 4.Сыр.	Фрукты (Сок)	1.Салат « Зимний» с р/м. 2.Борщ сибирский на м/костном бульоне со сметаной. 3.Плов с мясом. 4.Компот из сухофруктов. 5.Хлеб пшеничный и ржаной.	Кефир (ряженка) с сахаром, ватрушка с джемом.	1.Картофель тушеный с овощами. 2.Кисель. 3.Хлеб.
8 день	1.Тортилья с кукурузой (зеленый горошек) 2.Кофейный напиток на молоке с сахаром. 3.Батон с маслом.	Сок (Фрукты)	1.Салат «Витамин» с р/м. 2.Суп - пюре гороховый на м/костном бульоне . 3.Лагман с мясом. 4.Кисель плодово-ягодный. 5.Хлеб пшеничный и ржаной.	Компот бублик	1.Каша ячневая на молоке с сахаром и сливочным маслом. 2.Чай с конфетой. 3.Батон.
9 день	1.Каша три злака на молоке с сахаром и сливочным маслом. 2.Какао на молоке с сахаром. 3.Плетенка с маком. 4.Сыр.	Фрукты (Сок)	1.Салат овощной с р/м. 2.Суп с клецками на к/бульоне. 3.Рыбные тефтели, картофельное пюре. 4.Компот из сухофруктов. 5.Хлеб пшеничный и ржаной.	Кисель печенье	1.Чахохбили из птицы. 2. Гречка отварная. 3.Чай с молоком с сахаром. 4.Хлеб.
10 день	1.Каша рисовая на молоке с сахаром и сливочным маслом. 2.Кофейный напиток на молоке с сахаром. 3.Батон с маслом.	Сок натуральный (Фрукты)	1.Салат « Фантазия» с р/м. 2.Суп «Свекольник»на м/костном бульоне со сметаной. 3.Суфле из мяса (птицы) , гороховое пюре.. 4.Кисель плодово-ягодный.. 5.Хлеб пшеничный и ржаной.	Компот вафля. (печенье)	1.Вареники с творогом со сгущенкой. 2 Чай с лимоном.