

СОГЛАСОВАНО
Председатель попечительского совета
я/с «Мерей»

Сердалина А.С. _____
«05» января 2026 г.



Перспективное сезонное (Зима-весна) двухнедельное меню

1 неде ля №	Завтрак 1	Масса (гр.)		Завтрак 2	Ма сса (гр.)	Обед	Масса (гр.)		Полдник	Ма сса (гр.)	Муж	Масса (гр.)	
		От 3 лет	2л				От 3 лет	2л-				От 3 лет	от 2 л
1-ый день	1. Каша манная молочная с маслом 2. Кофейный напиток с молоком 3. Батон 4. Масло сливочное	180 180 40 5	150 150 30 5	Сок натураль- ный	100	1. Салат Морковный (морковь, чеснок) на масле раст-м 2. Борщ со сметаной на мк/б 3. Плов с мясом 3. Кисель с вит С 4. Хлеб ржаной	60 200 180 180 40	60 150 150 150 25	1. Молоко кипяченое 2. Кондитерские изделия	180 10	1. Макароны с маслом, посыпаные тертым сыром 2. Чай сладкий 3. Хлеб	180 180 40	150 150 25
2-ой день	1. Каша овсяная молочная с маслом 2. Кофейный напиток с молоком 3. Батон 4. Масло сливочное	180 180 40 5	150 150 30 5	Свежие фрукты	90	1. Салат Свекольный (Свекла, чеснок) на масле раст-м 2. Суп лапша на мк/б 3. Бигус с мясом кур 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной	60 200 180 180 40	60 150 150 150 25	1. Кефир	180	1. Вареники с творогом 2. Чай сладкий с лимоном 3. Хлеб пшеничный	180 180 40	150 150 25
3-ий день	1. Каша кукурузная молочная с маслом 2. Кофейный напиток с молоком 3. Батон 4. Масло сливочное	180 180 40 5	150 150 30 5	Свежие фрукты	90	1. Салат Витаминный из (капусты, моркови, чеснок) на масле раст-м 2. Суп Харчо со сметаной на мк/б 3. Хинкали с мясом 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной	60 200 180 180 40	60 150 150 150 25	1. Молоко кипяченое 2. Кондитерское изделие	180 10	1. Овощное рагу 2. Чай сладкий 3. Хлеб пшеничный	180 180 40	150 150 25
4-ый день	1. Каша пшенная молочная с маслом 2. Кофейный напиток с молоком 3. Батон 4. Масло сливочное	180 180 40 5	150 150 30 5	Свежие фрукты	90	1. Салат Морковный (Морковь с чесноком) на масле раст-м 2. Суп горох-ый на мк/б со смет-й 3. Гуляш с мясом кур, макароны отварные с подливом 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной.	60 200 180 180 40	60 150 150 150 25	1. Напиток из кураги 2. Кондитерское изделие	180 10	1. Рыбные котлеты с картофельным пюре 2. Чай с лимоном 3. Хлеб пшеничный	180 180 40	150 150 25
5-ый день	1. Каша ячневая молочная с маслом 2. Кофейный напиток с молоком 3. Батон 4. Масло сливочное	180 180 40 5	150 150 30 5	Свежие фрукты	90	1. Салат Венигрет (свекла, картошка, капуста, морковь, лук) 2. Рассольник со сметаной на к/б 3. Растегай с мясом 4. Компот из сухофруктов с вит С 5. Хлеб ржаной	60 200 180 180 40	60 150 150 150 25	1. Молоко кипяч 2. кондитерское изделие	180 10	1. Гречка отварная с маслом сливочным 2. Чай сладкий с молоком 3. Х/б пшеничный	180 180 40	150 150 25

4 неделя

№	Завтрак 1	Завтрак 2		Масса (гр.)	Обед	Масса (гр.)		Полдник	Масса (гр.)	Ужин	Масса (гр.)	
		С 3-бл	2л			С 3-бл	2л				С 3-бл	2л
1-ый день	1.Каша манная молочная с маслом 2.Кофейный напиток с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное	180 180 40 5	150 150	Сок натуральный	100 1.Суп с макаронами на к/б 2.Куры запеченные в духовке с картофелем 3.Кисель с вит С 4.Хлеб ржаной	200 180 180 40	150 150 150 25	1.Молоко кипяченое 2.Кондитерские изделия	180 10	1.Овощное рагу 2.Чай сладкий 3.Хлеб пшеничный	180 180 40	150 150 25
2-ой день	1.Каша рисовая молочная с маслом 2.Кофейный напиток с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное	180 180 40 5	150 150	Свежие фрукты	90 1.Лапша дом-я на мк/б 2.Бигус с мясом 3.Компот из сухофруктов с вит С 4.Салат Морковный(морковь, чеснок) на масле растительном 5.Хлеб ржаной	200 180 180 60 40	150 150 150 60 25	1.Кефир	180	1.Запеканка с творогом 2.Чай сладкий с лимоном 3.Хлеб пшеничный	180 180 40	150 150 25
3-ий день	1.Каша кукурузная молочная с маслом 2.Кофейный напиток с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное	180 180 40 5	150 150 30 5	Свежие фрукты	90 1.Салат рубин (свекла, чеснок,) на масле растительном. 2.Борщ на к/б, со сметаной 3.Плов с мясом кур 4.Компот из сухофруктов с вит С 5.Хлеб ржаной	60 200 180 180 40	60 150 150 150 25	1.Молоко кипяченое 2.Кондитерские изделия	180 20	1.Макароны с маслом,с тертым сыром 2.Чай сладкий 3.Хлеб пшеничный	180 180 40	150 150 25
4-ый день	1.Каша пшеничная молочная с маслом 2.Кофейный напиток с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное	180 180 40 5	150 150 30 5	Свежие фрукты	90 1.Салат Морковный (Морковь, чеснок)на растительном масле 2.Суп полевой на мк/б со сметаной 3.Пирог рыбный 4.Компот из сухофруктов с вит С 5.Хлеб ржаной.	60 180 180 40	60 150 150 25	1.Кефир	180	1.Суп с фрикадельками с картофелем 2.Чай с лимоном 3.Хлеб пшеничный	180 180 40	150 150 25
5-ый день	1.Каша овсяная молочная с маслом сливочным 2.Кофейный напиток с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное	180 180 40 5	150 150 30 5	Свежие фрукты	90 1.Салат Свекольный (свекла, чеснок,) на масле растительном 2.Перловый суп на мк/б со сметаной 3.Манты с мясом 4.Компот из сухофруктов с вит С 5.Хлеб ржаной	60 180 180 40	60 150 150 25	1.Молоко кипяченое. 2.Кондитерские изделия	180 20	1.Картофельное пюре с маслом сливочным 2.Чай сладкий с молоком 3.Хлеб пшеничный	180 180 40	150 150 25

Диетсестра: Ешмухамбетова А.А.

Кладовщик: Дедович Т.П.

Покан

Кайпаева Г