

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель
управления образования
Карагандинской области
Кожаметова Г.Ш.

«13» октября 2022г.

Перспективное меню

I неделя

Время питания	ПОНЕДЕЛЬНИК 1 день	ВТОРНИК 2 день	СРЕДА 3 день	ЧЕТВЕРГ 4 день	ПЯТНИЦА 5 день	СУББОТА 6 день	ВОСКРЕСЕНЬЕ 7 день
Завтрак	Каша манная молочная с сахаром	Каша ячневая молочная с сахаром	Каша пшеничная молочная с сахаром	Каша геркулесовая молочная с сахаром	Каша пшеничная молочная с сахаром	Каша кукурузная молочная с сахаром	Суп молочный с крупой
	Хлеб с маслом, с сыром	Хлеб с маслом, с джемом	Хлеб с маслом, с сыром	Хлеб с маслом, с сыром	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом, с сыром	Хлеб с маслом, с сыром
	Кофе с молоком	Какао с молоком	Кофе с молоком	Какао с молоком	Кофе с молоком	Какао с молоком	Кофе с молоком
Второй завтрак	Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты
Обед	Суп "Фасолевый" на кост/бульоне	Рассольник на кост/бульоне	"Борщ" на кост/бульоне	«Свекольник» на кост/бульоне	Суп "Лапша" на кост/бульоне	Суп "Харчо" на кост/бульоне	Суп "Щи" на кост/бульоне
	Гуляш	Рыба, запеченная в сметанном соусе	Плов с мясом (говядина)	Биточки рыбные в соусе	Куры, тушенные в соусе с овощами	Зразы мясные	Пигоди в соусе
	Гарнир: макароны отварные	Гарнир: картофельное пюре	Салат овощной	Гарнир: гречка отварная	Гарнир: картофельное пюре	Рагу из овощей	
Полдник	Салат овощной	Салат овощной	Салат овощной	Салат овощной	Салат овощной	Салат овощной	Салат овощной
	Кисель с вит «С»	Компот с вит «С»	Кисель с вит «С»	Компот с вит «С»	Кисель с вит «С»	Компот с вит «С»	Кисель с вит «С»
	Хлеб пшенично - ржаной	Хлеб пшенично - ржаной	Хлеб пшенично - ржаной	Хлеб пшенично - ржаной	Хлеб пшенично - ржаной	Хлеб пшенично - ржаной	Хлеб пшенично - ржаной
Ужин	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
	Выпечка	Кондитерские изделия /выпечка	Творожная запеканка	Выпечка с творогом	Кондитерские изделия /выпечка	Кондитерские изделия /выпечка	Кондитерские изделия
	Овощное рагу из мяса птицы	Мясо тушеное Гарнир: капуста тушеная	Тефтели с томатным соусом Картофель отварной	Азу с картофелем	Бефстроганов Гарнир: перловка отварная	Мясо тушеное в соусе Гарнир: макароны отварные	Рыба, запеченная в соусе с картофелем
Второй ужин	Колбасные изделия	Хлеб с маслом, с сыром	Салат овощной	Салат овощной	Салат овощной	Овощная нарезка	Салат овощной
	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом, с сыром	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом, с джемом	Хлеб с маслом
	Чай сладкий (молоко, лимон)	Чай сладкий	Чай сладкий (молоко, лимон)	Чай с конфетами	Чай сладкий (молоко, лимон)	Чай сладкий	Чай сладкий (молоко, лимон)
Второй ужин	Кисломолочный продукт	Кисломолочный продукт	Кисломолочный продукт	Кисломолочный продукт	Кисломолочный продукт	Кисломолочный продукт	Кисломолочный продукт
	Кондитерские изделия	Кондитерские изделия /выпечка	Кондитерские изделия /выпечка	Кондитерские изделия	Кондитерские изделия / выпечка	Кондитерские изделия /выпечка	Кондитерские изделия / выпечка