



Перспективалық ас мәзірі (ҚЫС-КӨКТЕМ)

01-102:ЭТАЛОННОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ, АВТОРСКИЙ КОЛЛЕКТИВ УЛЫТАУСКИЙ РАЙОН

102

Сезон: Зимнее, Весеннее

Режим питания: 10,5 ч.

Документ выгружен: 14:46:01
13.03.2024, Ходжакулиева Айжамал
Базаровна КГКП "Ясли сад Балбулак"



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

№	Прием пищи	Описание блюда	№ техн. карты	Норма выхода продукции, гр.	
				2-3 года	3-6 лет
1	ДЕНЬ 1				
Завтрак	КАША МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВАЯ (Улытау)	10786	150	170	
	Чай сладкий (Улытау)	43208	100	150	
	Хлеб пшеничный с маслом, сыром (Улытау)	10658	61	93	
Второй завтрак	Банан (Улытау) / ГРУША (Улытау) / СОК ФРУКТОВЫЙ ГОТОВЫЙ (УЛЫТАУ) / Яблоко (Улытау)	10642 / 10971 / 43209 / 43211	70 / 60 / 100 / 70	100 / 90 / 150 / 100	
	ПРЯНИК (Улытау)	43210	50	50	
Обед	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б (Улытау)	10798	200	250	
	ГУЛЯШ С МАКАРОНАМИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (Улытау)	10981	150	170	
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ с витамином С (Улытау)	10969	100	150	
Ужин	Хлеб ржаной (Улытау)	10653	25	40	
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (Улытау)	10826	30	30	
	ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ (Улытау) / ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ (Улытау)	10978 / 10977	150 / 150	170 / 170	
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ (Улытау)	10970	100	150	
	ВЫПЕЧКА ПЕЧЕНЬЕ, КОРЖИКИ (Улытау)	11137	45	50	
2	ДЕНЬ 2				
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ «ДРУЖБА» (Улытау)	10788	150	170	
	Чай с молоком, с сахаром (Улытау)	10646	100	150	
	Хлеб пшеничный с маслом (Улытау)	10645	58	88	
Второй завтрак	Банан (Улытау) / ГРУША (Улытау) / СОК ФРУКТОВЫЙ ГОТОВЫЙ (УЛЫТАУ) / Яблоко (Улытау)	10642 / 10971 / 43209 / 43211	70 / 60 / 100 / 70	100 / 90 / 150 / 100	
	ПРЯНИК (Улытау)	43210	50	50	
Обед	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА К/Б (Улытау)	10803	200	250	
	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (Улытау)	10822	150	170	
	Хлеб ржаной (Улытау)	10653	25	40	

	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ с витамином С (Улытау)	10969	100	150
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (Улытау)	10827	30	30
Ужин	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ (Улытау)	10791	150	170
	КЕФИР (Улытау) / КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ (Улытау)	10770 / 10970	150 / 100	170 / 150
	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ (Улытау)	10824	45	50
3	ДЕНЬ 3			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ (Улытау)	10779	150	170
	Чай сладкий (Улытау)	43208	100	150
	Хлеб пшеничный с маслом, сыром (Улытау)	10658	61	93
Второй завтрак	Банан (Улытау) / ГРУША (Улытау) / СОК ФРУКТОВЫЙ ГОТОВЫЙ (УЛЫТАУ) / Яблоко (Улытау)	10642 / 10971 / 43209 / 43211	70 / 60 / 100 / 70	100 / 90 / 150 / 100
	ПРЯНИК (Улытау)	43210	50	50
Обед	ЩИ НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (Улытау)	10800	200	250
	ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ (Улытау)	10819	150	170
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ с витамином С (Улытау)	10969	100	150
	Хлеб ржаной (Улытау)	10653	25	40
Ужин	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (Улытау)	10784	150	170
	ВЫПЕЧКА ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ (Улытау)	10976	45	50
	МОЛОКО (Улытау)	10972	100	150
4	ДЕНЬ 4			
Завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (Улытау)	10790	150	170
	Чай с сахаром, с молоком (Улытау)	10188	100	150
	Хлеб пшеничный с маслом (Улытау)	10645	58	88
Второй завтрак	Банан (Улытау) / ГРУША (Улытау) / СОК ФРУКТОВЫЙ ГОТОВЫЙ (УЛЫТАУ) / Яблоко (Улытау)	10642 / 10971 / 43209 / 43211	70 / 60 / 100 / 70	100 / 90 / 150 / 100
	ПРЯНИК (Улытау)	43210	50	50
Обед	РЫБНЫЙ СУП (УХА) (Улытау)	11132	200	250
	ДОМАШНЕЕ ЖАРКОЕ (МЯСО ГОВЯДИНЫ) (Улытау)	10820	150	170
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ с витамином С (Улытау)	10969	100	150

	Хлеб ржаной (Улытау)	10653	25	40
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МАСЛА РАСТИТЕЛЬНОГО (Улытау)	10794	30	30
Ужин	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ (Улытау)	10651	150	170
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ (Улытау)	10970	100	150
	ВЫПЕЧКА ПЕЧЕНЬЕ, КОРЖИКИ (Улытау)	11137	45	50
5	ДЕНЬ 5			
Завтрак	КАША МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ (Улытау)	10792	150	170
	Чай сладкий (Улытау)	43208	100	150
	Хлеб пшеничный с маслом, сыром (Улытау)	10658	61	93
Второй завтрак	Банан (Улытау) / ГРУША (Улытау) / СОК ФРУКТОВЫЙ ГОТОВЫЙ (УЛЫТАУ) / Яблоко (Улытау)	10642 / 10971 / 43209 / 43211	70 / 60 / 100 / 70	100 / 90 / 150 / 100
	ПРЯНИК (Улытау)	43210	50	50
Обед	СУП ЛАПША ПО ДОМАШНЕМУ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (Улытау)	10797	170	200
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ ТУШЕННАЯ С МЯСОМ (ГОВЯДИНА) (Улытау)	10647	150	170
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ с витамином С (Улытау)	10969	100	150
	Хлеб ржаной (Улытау)	10653	25	40
Ужин	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (Улытау)	10775	150	170
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ (Улытау)	10970	100	150
	САМСА С КАРТОШКОЙ (Улытау)	11139	45	50
6	ДЕНЬ 6			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ (Улытау)	10659	150	170
	Хлеб пшеничный с маслом (Улытау)	10645	58	88
	Чай с молоком, с сахаром (Улытау)	10646	100	150
Второй завтрак	Банан (Улытау) / ГРУША (Улытау) / СОК ФРУКТОВЫЙ ГОТОВЫЙ (УЛЫТАУ) / Яблоко (Улытау)	10642 / 10971 / 43209 / 43211	70 / 60 / 100 / 70	100 / 90 / 150 / 100
	ПРЯНИК (Улытау)	43210	50	50
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (Улытау)	10825	30	30
	ПЕЛЬМЕНИ ПО ДОМАШНЕМУ (Улытау)	11134	200	250
	ГРЕЧКА С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (Улытау)	10980	150	170

	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ с витамином С (Улытау)	10969	100	150
	Хлеб ржаной (Улытау)	10653	25	40
Ужин	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ (Улытау)	10970	100	150
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ (Улытау) / ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (Улытау)	10979 / 10823	45 / 150	50 / 170
	Каша ячневая со сливочным маслом с сахаром (Улытау)	10657	150	170
7	ДЕНЬ 7			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ (Улытау)	10791	150	170
	Хлеб пшеничный с маслом, сыром (Улытау)	10658	61	93
	Чай сладкий (Улытау)	43208	100	150
Второй завтрак	Банан (Улытау) / ГРУША (Улытау) / СОК ФРУКТОВЫЙ ГОТОВЫЙ (УЛЫТАУ) / Яблоко (Улытау)	10642 / 10971 / 43209 / 43211	70 / 60 / 100 / 70	100 / 90 / 150 / 100
	ПРЯНИК (Улытау)	43210	50	50
Обед	СУП ФАСОЛЕВЫЙ НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ (Улытау)	11133	200	250
	ГУЛЯШ С МАКАРОНАМИ ИЗ КУРЫ (Улытау)	10982	150	170
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ с витамином С (Улытау)	10969	100	150
	Хлеб ржаной (Улытау)	10653	25	40
	САЛАТ ОВОЩНОЙ (КАПУСТА, МОРКОВЬ) (Улытау)	10793	30	30
Ужин	ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ (Улытау)	10978	150	170
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ (Улытау)	10970	100	150
	ВЫПЕЧКА ПЕЧЕНЬЕ, КОРЖИКИ (Улытау)	11137	45	50
8	ДЕНЬ 8			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ (Улытау)	10651	150	170
	Чай с молоком, с сахаром (Улытау)	10646	100	150
	Хлеб пшеничный с маслом (Улытау)	10645	58	88
Второй завтрак	Банан (Улытау) / ГРУША (Улытау) / СОК ФРУКТОВЫЙ ГОТОВЫЙ (УЛЫТАУ) / Яблоко (Улытау)	10642 / 10971 / 43209 / 43211	70 / 60 / 100 / 70	100 / 90 / 150 / 100
	ПРЯНИК (Улытау)	43210	50	50
Обед	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б (Улытау)	10818	200	250

	КОТЛЕТА ДУХОВАЯ В КАРТОФЕЛЬНОМ ПЮРЕ (Улытау)	10973	150	170
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ с витамином С (Улытау)	10969	100	150
	Хлеб ржаной (Улытау)	10653	25	40
Ужин	КАША МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ (Улытау)	10792	150	170
	ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ (Улытау)	11138	45	50
	МОЛОКО (Улытау)	10972	100	150
9	ДЕНЬ 9			
Завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (Улытау)	10790	150	170
	Хлеб пшеничный с маслом, сыром (Улытау)	10658	61	93
	Чай сладкий (Улытау)	43208	100	150
Второй завтрак	Банан (Улытау) / ГРУША (Улытау) / СОК ФРУКТОВЫЙ ГОТОВЫЙ (УЛЫТАУ) / Яблоко (Улытау)	10642 / 10971 / 43209 / 43211	70 / 60 / 100 / 70	100 / 90 / 150 / 100
	ПРЯНИК (Улытау)	43210	50	50
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (Улытау)	10826	30	30
	РЫБНЫЙ СУП (УХА) (Улытау)	11132	200	250
	МАНТЫ С МЯСОМ (Улытау)	11130	150	170
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ с витамином С (Улытау)	10969	100	150
	Хлеб ржаной (Улытау)	10653	25	40
Ужин	Каша ячневая со сливочном маслом с сахаром (Улытау)	10657	150	170
	Сочники (Улытау)	11136	45	50
	КЕФИР (Улытау) / КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ (Улытау)	10770 / 10970	150 / 100	170 / 150
10	ДЕНЬ 10			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (Улытау)	10784	150	170
	Хлеб пшеничный с маслом (Улытау)	10645	58	88
	Чай с молоком, с сахаром (Улытау)	10646	100	150
Второй завтрак	Банан (Улытау) / ГРУША (Улытау) / СОК ФРУКТОВЫЙ ГОТОВЫЙ (УЛЫТАУ) / Яблоко (Улытау)	10642 / 10971 / 43209 / 43211	70 / 60 / 100 / 70	100 / 90 / 150 / 100
	ПРЯНИК (Улытау)	43210	50	50
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МАСЛА РАСТИТЕЛЬНОГО (Улытау)	10794	30	30

	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КОСТНОМ БУЛЬОНЕ (Улытау)	11131	200	250
	ТЕФТЕЛИ С ПЕРЛОВКОЙ (Улытау)	11135	200	250
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ с витамином С (Улытау)	10969	100	150
	Хлеб ржаной (Улытау)	10653	25	40
Ужин	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ (Улытау)	10778	150	170
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ (Улытау)	10970	100	150
	ВЫПЕЧКА РОГАЛИКИ С ПОВИДЛОМ (Улытау)	10975	45	50