

20-ти дневное весеннее меню

1 неделя

	Завтрак	2-ой завтрак	Обед	Полдник
Понедельник	<p>Каша манная с сахаром и маслом.</p> <p>Какао с сахаром на молоке.</p> <p>Батон со сливочным маслом и сыром</p>	<p>10.00</p> <p>Фрукты</p>	<p>Суп гречневый на м/к бульоне.</p> <p>Мясной гуляш с макаронами .</p> <p>Салат морковный</p> <p>Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.</p>	<p>Рогалики с повидлом.</p> <p>Кисломолочный напиток Снежок.</p>
Вторник	<p>Каша геркулесовая на молоке с сахаром и маслом</p> <p>Чай с молоком сладкий .</p> <p>Батон со сливочным маслом и повидлом .</p>	<p>10.00</p> <p>Сок</p>	<p>Борщ на м/к бульоне со сметаной.</p> <p>Котлета с картофельным пюре.</p> <p>Салат «зайчик» (сол.огур, горошек зеленый, , лук, масло подсолнечное).</p> <p>Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.</p>	<p>Суп вермишелевый молочный.Чай с молоком.Хлеб.Печенье</p>
Среда	<p>Каша кукурузная на молоке</p> <p>Какао с сахаром на молоке.</p> <p>Батон со сливочным маслом и сыром.</p>	<p>10.00 Сок</p>	<p>Лапша по домашнему на м/к бульоне.</p> <p>Плов с курицей.</p> <p>.Салат из фасоли с морковью.</p> <p>Кисель с витамином С.Хлеб.</p>	<p>Каша гречневая с маслом.</p> <p>Чай с молоком сладкий.</p> <p>Хлеб.Вафли</p>

Четверг	<p>Каша 3-х злаковая на молоке с сахаром и маслом.</p> <p>Кофейный напиток с сахаром на молоке.</p> <p>Батон со сливочным маслом.</p>	<p>10.00</p> <p>Сок</p>	<p>Свекольник на м\к бульоне со сметаной.</p> <p>Тефтеля с пшеничным гарниром.</p> <p>Салат с капусты и кукурузы</p> <p>Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.</p>	<p>Пирожки с картошкой</p> <p>Молоко</p>
Пятница	<p>Каша пшенная на молоке с сахаром и маслом.</p> <p>Какао с сахаром на молоке.</p> <p>Батон со сливочным маслом и сыром.</p>	<p>10.00</p> <p>Фрукты</p>	<p>Суп картофельный на м\к бульоне.</p> <p>Бесбармак</p> <p>Салат винегрет</p> <p>Компот из сухофруктов с витамином С.</p> <p>Хлеб.</p>	<p>Суп молочный рисовый.</p> <p>Чай черный сладкий</p> <p>Хлеб.</p> <p>Печенье.</p>
2 неделя				
Понедельник	<p>Каша геркулесовая с сахаром и маслом</p> <p>Кофейный напиток с сахаром на молоке</p> <p>Батон с маслом и сыром</p>	<p>10.00</p> <p>Фрукты</p>	<p>Рассольник на м\к бульоне со сметаной</p> <p>Мясной гуляш с гречневым гарниром.</p> <p>Салат «братец кролик»(кап,кукур,лук,рас масло)</p> <p>Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.</p>	<p>Домашняя булочка с изюмом</p> <p>Снежок .Хлеб.</p>
Вторник	<p>Каша кукурузная на молоке с сахаром маслом</p> <p>Какао с сахаром на молоке</p>	<p>10.00</p> <p>Сок</p>	<p>Суп овощной на м\к бульоне .</p> <p>Тефтеля с перловым гарниром.</p>	<p>Яйцо.отварное. Чай с молоком сладкий</p> <p>.Хлеб.Пряник</p>

	Батон с маслом и		Салат витаминный (свекла, морковь, лук, раст масло) Компот из сухофруктов с витамином С. Хлеб	
Среда	Каша ячневая на молоке и сахаром и маслом Кофейный напиток с сахаром на молоке Батон с маслом и сыром	10.00.Сок	Лапша на м\к бульоне по домашнему. Курица в духовке с картофелем. Салат морковный Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Суп с фрикадельками .Хлеб.Чай с молоком сладкий. Печенье.
Четверг	Каша манная на молоке с сахаром и маслом Какао с сахаром на молоке Батон с маслом и повидлом.	10.00 Сок	Борщ на м\к бульоне со сметаной. Котлета рыбная с рисовым гарниром.Соленый огурчик. Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Ватрушка с творогом .Молоко
Пятница	Каша пшеничная на молоке с сахаром маслом Кофейный напиток с сахаром на молоке Батон с маслом и сыром	10.00 Фрукты	Суп фасолевый на м\к бульоне . Сложный гарнир. Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Суп молочный вермишелевый. Чай с молоком сладкий. Хлеб.Вафли
3 неделя				
Понедельник	Каша манная на молоке с сахаром и маслом Какао с сахаром на молоке Батон с маслом и сыром	10..00 Фрукты	Суп гороховый на м\к бульоне . Вермишелевая запеканка Салат морковный	Пирог Куха. Кисломолочный напиток Снежок.

Вторник	Каша из 3-х злаков на молоке с сахаром и маслом Какао с сахаром на молоке Батон с маслом и повидлом.	10.00 Сок	Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб. Суп с клецками на м\к бульоне. Курица в духовке с картофельным пюре. Салат свекольный. Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Макароны с маслом и сыром Чай с молоком сладкий.
Среда	Каша ячневая на молоке с сахаром и маслом Какао с сахаром на молоке Батон с маслом и сыром	10.00 Сок	Суп харчо на м\к бульоне. Мясные зразы с яйцом. Салат из капусты и кукурузы, масло растительное Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Суп рисовый молочный. Хлеб. Чай с молоком и сахаром Печенье.
Четверг	Каша из кукурузная на молоке с сахаром и маслом Кофейный напиток с сахаром на молоке Батон с маслом.	10.00 Сок	Суп вермишелевый на м\к бульоне со сметаной. Курица с гречневым гарниром. Салат Кузнечик(сол.огур,зел гор,масло,лук) Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Суп с фрикадельками на м\к бульоне Чай с молоком сладкий. Хлеб.Конфета
Пятница	Каша пшеничная на молоке с сахаром и маслом Какао с сахаром на молоке Батон с маслом и сыром	10.00 Фрукты	Суп картофельный на м\к бульоне. Бесбармак.Салат винегрет Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Суп овощной на курином бульоне .Хлеб. Чай с сахаром и молоком Вафли
4 неделя				

Понедельник	Каша ячневая на молоке с сахаром и маслом Кофейный напиток с сахаром на молоке Батон с маслом и сыром	10.00 Фрукты	Рассольник на м/к бульоне со сметаной Мясной гуляш с макаронами. Салат с капусты и кукурузы. Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Рогалики с повидлом. Кисломолочный напиток Снежок .Хлеб.
Вторник	Каша геркулесовая на молоке с сахаром и маслом Какао с сахаром на молоке Батон с маслом и повидлом .	10.00 Сок	Суп фасолевый на м/к бульоне . Котлета с гречневым гарниром. Салат морковный . Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Картофельное пюре .Соленый огурчик Чай с молоком сладкий .Хлеб. Печенье.
Среда	Каша манная на молоке с сахаром и маслом Кофейный напиток на молоке с сахаром Батон с маслом и сыром	10.00 Сок	Лапша по домашнему на м/к бульоне Курица в духовке со сложным гарниром . .Салат свекольный. Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Самса с мясом. Молоко.
Четверг	Каша пшеничная на молоке с сахаром и маслом Какао с сахаром на молоке Батон с маслом и повидлом.	10.00 Сок	Суп гороховый на м/к бульоне . Рисовая запеканка . Салат «Здоровье». (морковь.лук.раст масло) Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Суп вермишелевый молочный Чай с молоком сладкий.Хлеб.Пряник

Пятница	Каша из 3-х злаков на молоке с сахаром и маслом Кофейный напиток с сахаром на молоке Батон с маслом и сыром	10.00 Фрукты	Суп харчо на м\к бульоне . Манты. Салат витаминный(морковь,свекла,сол.огур,масло,лук) Компот из сухофруктов с витамином С.Хлеб.	Отварное яйцо с зеленым горошком Чайс молоком сладкий . Хлеб.Конфета
---------	--	---------------------	---	---

20 дневное питание меню

ГККП «Яссы-Ку» Караганда

от 2-х лет до 6-ти лет на 2020 год