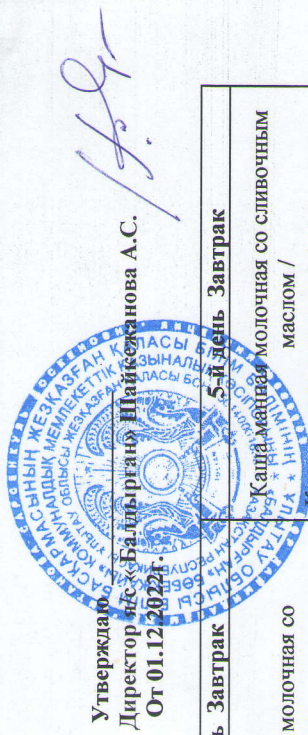


Перспективное меню, г. Жезказган зима- весна на 2022 – 2023 год.



1-й день Завтрак	2-й день Завтрак	3-й день Завтрак	4-й день Завтрак	5-й день Завтрак
Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом.	Каша ячневая молочная со сливочным маслом. Яйцо отварное.	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом. / Каша молочная гречневая со сливочным маслом	Каша «Дружба» молочная со сливочным маслом	Каша манная молочная со сливочным маслом / Каша пшеничная молочная со сливочным маслом
Чай с сахаром и молоком	Какао с молоком и сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с молоком и сахаром
Хлеб пшеничный/батон белый со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный /батон белый со сливочным маслом и сыром.	Хлеб пшеничный/батон со сливочным маслом и сыром.	Хлеб пшеничный/батон белый со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный батон белый со сливочным маслом
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Яблоко/Банан/Мандарин/Сок натуральный	Яблоко/Банан/Мандарин/Сок натуральный	Яблоко/Банан/Мандарин/Сок натуральный/ Дрожжевой напиток	Яблоко/Банан/Мандарин/Сок натуральный	Яблоко/Банан/Мандарин/Сок натуральный
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат свекольный с чесноком на растительном масле.	Салат из моркови с чесноком на растительном масле.	Салат «Витаминный» на растительном масле.	Салат из капусты свежей на растительном масле.	Салат морковный с консервированной кукурузой на растительном масле.
Борщ на костном бульоне со сметаной.	Суп гороховый на курином бульоне	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на костном /курином бульоне/ Суп с зеленым горошком на костном бульоне	Суп «Лапша домашняя» на костном бульоне.	Суп «Свекольник» на костном бульоне со сметаной.
Плов с мясом говядины.	Куры порционно в томатной подливке. Гарнир рожки /вермишель отварные.	Манты/пельмени из мяса говядины с подливом/сливочным маслом/Вареники с картофелем со сливочным маслом	Котлеты из рыбы в томатной подливке. Гарнир картофельное пюре.	Ленивые голубцы в томатном соусе.
Компот из сухофруктов + витамин С/ Компот из свежих яблок + витамин С	Компот из свежих яблок + витамин С/ Компот из сухофруктов + витамин С	Компот из сухофруктов + витамин С/ Компот из свежих яблок + витамин С	Компот из сухофруктов + витамин С/ Компот из свежих яблок + витамин С	Компот из сухофруктов + витамин С/ Компот из свежих яблок + витамин С
Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Плюшка домашняя сахарная	Кондитерские изделия (пряник, печенье, вафля)	Сушарик из батона с сахарной присыпкой	Кондитерские изделия (пряник, печенье, вафля)	Пирожок с повидлом/ Кондитерские изделия (пряник, печенье, вафля)
Молоко	Кефир	Кисель плодово-ягодный + витамин С/ чай с сахаром	Крем- брютле	кефир
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин

Картофельное пюре с соленым огурчиком	Сырники творожные со сладким молочным соусом.	Кулеш молочный пшенный со сливочным маслом.	Вареники со сливочным маслом яйцом и сыром.
Чай с сахаром	Чай с сахаром/ Чай с лимоном и сахаром	Чай с молоком и сахаром	Кисель плодово-ягодный + витамин С/ чай с сахаром
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный

6-ой день Завтрак	7-ой день Завтрак	8-ой день Завтрак	9-ий день Завтрак	10-ий день Завтрак
Каша манная молочная со сливочным маслом. Яйцо отварное. / Каша пшеничная молочная со сливочным маслом / Каша пшеничная молочная со сливочным маслом. Яйцо отварное	Каша пшенная молочная со сливочным маслом.	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом.	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом
Какао с молоком и сахаром	Чай с лимоном и сахаром	Чай с молоком и сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром/ Чай с лимоном и сахаром
Батон белый/Хлеб пшеничный со сливочным маслом / Батон белый/Хлеб пшеничный со сливочным маслом и повидлом	Хлеб пшеничный /батон белый со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный /батон белый со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный/батон белый со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный /батон белый со сливочным маслом и сыром
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Яблоко/Банан/Мандарин/Сок натуральный	Яблоко/Банан/Мандарин/Сок натуральный	Яблоко/Банан/Мандарин/Сок натуральный	Яблоко/Банан/Мандарин/Сок натуральный	Яблоко/Банан/Мандарин/Сок натуральный
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Соленый огурчик порционно	Салат из моркови на растительном масле	Салат витаминный на растительном масле	Салат из свежей капусты на растительном масле.	Салат из зеленого горошка консервированного с луком на растительном масле
Суп «Харчо» на курином бульоне с чесноком и сметаной	Щи из свежей капусты на костном бульоне со сметаной.	Суп «Рассольник» на костном бульоне со сметаной.	Суп «Свекольник» на костном бульоне со сметаной.	Суп вермишелевый на костном бульоне
Жаркое по- домашнему с курицей.	Биточки мясная в томатном соусе. Гарнир пюре гороховое.	Котлеты рыбные в томатном соусе. Гарнир отварные рожки	Бефстроганов из мяса в томатном соусе. Гарнир перловка рассыпчатая	Тефтели мясные из говядины в томатном соусе. Гарнир тушеные овощи.
Компот из сухофруктов + витамин С/ Компот из свежих яблок + витамин С	Компот из сухофруктов + витамин С/ Компот из свежих яблок + витамин С	Компот из свежих яблок + витамин С/ Компот из сухофруктов + витамин С	Компот из сухофруктов + витамин С/ Компот из свежих яблок + витамин С	Компот из сухофруктов + витамин С/ Компот из свежих яблок + витамин С
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Кондитерские изделия (пряник, печенье)	Ватрушка/пирожок с творогом Кондитерские изделия (пряник, печенье)	Кондитерские изделия (пряник, печенье)	Кондитерские изделия (пряник, печенье)	Рогалик с повидлом /Сухарик из батона с сахарной присыпкой
Кисель плодово –ягодный/ чай с сахаром	Кефир	Крем- брюле	Какао с молоком и сахаром	кефир
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Суфле творожное с повидлом	Кулеш молочный гречневый со сливочным маслом.	Азу по - татарски с мясом говядины	Омлет с рисовой крупой. Салат из моркови на растительным маслом..	Суп молочный пшенный со сливочным маслом.
Чай с молоком и с сахаром	Чай с сахаром	Кисель плодово -ягодный	Чай с молоком и с сахаром	Чай с сахаром
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный