

Утверждаю  
Заведующая Бестамакского детского  
сада «Болашақ» Алгинского района  
Курманова Л.Б

Десятидневное перспективное сезонное(зима-весна)меню на 01.12.2022-4год.  
Бестамакский детский сад

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша манная молочная</li> <li>2. какао с молоком</li> <li>3. батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. салат из моркови с чесноком</li> <li>2. борщ на к/б</li> <li>3. котлета(говяж фарш) гарнир рис</li> <li>4. компот из сухофруктов+ВитаминС</li> <li>5. хлеб</li> </ol> <p><b>Ужин</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша пшеничная молочная</li> <li>2. молоко (тетрапакет) с медом</li> <li>3. хлеб</li> </ol>	<p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша геркулесовая молочная</li> <li>2. сладкий чай</li> <li>3. батон с маслом,сыром</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. салат винегрет</li> <li>2. суп гороховый на к/б</li> <li>3. жаркое по домашнему с мясом</li> <li>4. компот из сухофруктов+Витамин С</li> <li>5. хлеб</li> </ol> <p><b>Ужин</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша ячневая молочная</li> <li>2. кисель</li> <li>3. баранки</li> </ol>	<p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. варенное яйцо</li> <li>2. какао с молоком</li> <li>3. батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. салат из свеклы с чесноком</li> <li>2. суп с фрикадельками</li> <li>3. гречка с мясом</li> <li>4. компот из сухофруктов+Витамин С</li> <li>5. хлеб</li> </ol> <p><b>Ужин</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. суп вермишелевый молочный</li> <li>2. хлеб</li> <li>3. варенец</li> </ol>	<p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша рисовая молочная</li> <li>2. кисель</li> <li>3. батон с маслом</li> <li>10.00 (банан)</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. салат из моркови с луком</li> <li>2. домашняя лапша</li> <li>3. курин мясо гарнир картофеле пюре</li> <li>4. компот из сухофруктов+Витамин С</li> <li>5. хлеб</li> </ol> <p><b>Ужин</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша пшеничная молочная</li> <li>2. сладкий чай</li> <li>3. булочки</li> </ol>	<p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша манная молочная</li> <li>2. какао с молоком</li> <li>3. батон с маслом</li> <li>10.00 (яблоко)</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Салат из капусты с яблоками</li> <li>2. суп крестьянский на к/б</li> <li>3. пельмени(говяж фарш)</li> <li>4. компот из сухофруктов+Витамин С</li> <li>5. хлеб</li> </ol> <p><b>Ужин</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша кукурузно-молочная</li> <li>2. сок фруктовый</li> <li>3. хлеб</li> </ol>
<p><b>Понедельник</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Каша пшеничная молочная</li> <li>2. чай сладкий</li> <li>3. батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. салат из моркови с чесноком</li> <li>2. суп вермишелевый на к/б</li> <li>3. рагу овощной с мясом</li> <li>4. компот из сухофруктов+ВитаминС</li> <li>5. хлеб</li> </ol> <p><b>Ужин</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша пшеничная молочная</li> <li>2. . хлеб</li> <li>3 варенец</li> <li>4. печенье</li> </ol>	<p><b>Вторник</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша манная молочная</li> <li>2. какао с молоком</li> <li>3. батон с масом сыром</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. салат из капусты с луком</li> <li>2. свекольник на к/б</li> <li>3. плов с мясом</li> <li>4. компот из сухофруктов+Витамин С</li> <li>5. хлеб</li> </ol> <p><b>Ужин</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша ячневая молочная</li> <li>2. кисель</li> <li>3. пирожки с картошкой(духовой)</li> </ol>	<p><b>Среда</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. суп вермишелевый молочный</li> <li>2. кисель</li> <li>3. батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. салат из свеклы с яблоками</li> <li>2. рассольник на к/б</li> <li>3. курин мясо гарнир горохпюре</li> <li>4. компот из сухофруктов +Витамин С</li> <li>5. хлеб</li> </ol> <p><b>Ужин</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. пудинг с творогом</li> <li>2. сладкий чай</li> <li>3. хлеб</li> </ol>	<p><b>Четверг</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша ячневая молочная</li> <li>2.. какао с молоком</li> <li>3. батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. салат из моркови луком</li> <li>2. щи с курин мясом</li> <li>3. котлета(рыбная)гарнир картофеле пюре</li> <li>4. компот из сухофруктов+Витамин С</li> <li>5. хлеб</li> </ol> <p><b>Ужин</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша гречневая молочная</li> <li>2. Молоко (тетрапакет)/сладкий чай / с молоком</li> <li>3. хлеб</li> </ol>	<p><b>Пятница</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша геркулесовая молочная</li> <li>2. чай сладкий</li> <li>3. батон с маслом</li> <li>10.00(яблоко)</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. салат винегрет</li> <li>2. суп рисовый с курин мясом</li> <li>3. беляши с мясом (духовой)</li> <li>4. компот из сухофруктов+витамин С</li> <li>5. хлеб</li> </ol> <p><b>Ужин</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. каша кукурузная молочная</li> <li>2. сок фруктовый</li> <li>3. хлеб</li> </ol>

Медсестра:

Аширова Л.М.