

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



Четырехнедельный перспективное сезонное(зима-весна)меню на 01.12.2025год.  
Бестамакский детский сад

Понедельник -1	Вторник -2	Среда-3	Четверг -4	Пятница-5
<p><b>Завтрак</b> 1. каша манная молочная 2. какао с молоком 3. батон с маслом</p> <p><b>Обед</b> 1. салат из моркови с чесноком 2. борщ с фасолью на к/б 3. котлета(говяж фарш) гарнир рис 4. компот из сухофруктов+Витамин С 5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b> 1. каша пшенная молочная 2. молоко(тетропакет) 3. булочка</p>	<p><b>Завтрак</b> 1. каша пшеничная молочная 2. кисель 3. батон с маслом</p> <p><b>Обед</b> 1. винегрет салат 2. домашняя лапша на к/б 3. курин мясо гарнир картофельное пюре 4. компот из сухофруктов+Витамин С 5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b> 1. суп вермишелевый молочный 2. чай фруктовый 3. хлеб</p>	<p><b>Завтрак</b> 1. варенное яйцо 2. какао с молоком 3. батон с маслом</p> <p><b>Обед</b> 1. салат из свеклы с чесноком 2. суп с фрикодельками 3. гречка с мясом 4. компот из сухофруктов+ Витамин С 5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b> 1. каша рисовая молочная 2. варенец 3. хлеб</p>	<p><b>Завтрак</b> 1. каша гекулесовая молочная 2. чай фруктовый 3. батон с маслом,сыром 10.00 (яблоки)</p> <p><b>Обед</b> 1. салат из моркови с луком 2. суп гороховый на к/б 3. пельмени(говяж фарш) 4. компот из сухофруктов+Витамин С 5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b> 1. каша ячневая молочная 2. кисель 3. баранки</p>	<p><b>Завтрак</b> 1. каша гречневая молочная 2. кисель 3. батон с маслом 10.00 (яблоко)</p> <p><b>Обед</b> 1. Салат из капусты с яблоками 2. суп крестьянский на к/б 3. жаркое по домашнему смясом 4. компот из сухофруктов+ Витамин С 5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b> 1. каша кукурузно- молочная 2. сок фруктовый 3. хлеб</p>
Понедельник-6	Вторник -7	Среда -8	Четверг -9	Пятница -10
<p><b>Завтрак</b> 1. Каша геркулесовая молочная 2. чай фруктовый 3. батон с маслом</p> <p><b>Обед</b> 1. салат из моркови с чесноком 2. суп вермишелевый на к/б 3. рагу овощной с мясом 4. компот из сухофруктов+Витамин С 5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b> 1. каша пшенная молочная 2. Молоко (тетропакет) 3. печенье</p>	<p><b>Завтрак</b> 1. каша пшеничная молочная 2. кисель 3. батон с маслом</p> <p><b>Обед</b> 1. салат из капусты с луком 2. рассольник на к/б 3. курин мясо горнир горох пюре 4. компот из сухофруктов +Витамин С 5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b> 1. каша кукурузная молочная 2. чай фруктовый 3. пирожки с картошкой(духовой)</p>	<p><b>Завтрак</b> 1. каша манная молочная 2. какао с молоком 3. батон с масом,сыром</p> <p><b>Обед</b> 1. салат из моркови с чесноком 2. свекольник на к/б 3. плов с мясом 4. компот из сухофруктов+Витамин С 5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b> 1. каша ячневая молочная 2. сок фруктовый 3. ..хлеб</p>	<p><b>Завтрак</b> 1. каша рисовая молочная 2. кисель 3. батон с маслом</p> <p><b>Обед</b> 1. салат из свеклы с яблоками 2. щи с курин бульоном 3. котлета рыбная гарнир картофельное пюре 4. компот из сухофруктов+Витамин С 5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b> 1. каша гречневая молочная 2. варенец 3. хлеб</p>	<p><b>Завтрак</b> 1. каша пшенная молочная 2. чай фруктовый 3. батон с маслом 10.00(яблоко)</p> <p><b>Обед</b> 1. винегрет салат 2. суп рисовый с курин бульоном 3. беляши с мясом (духовой) 4. компот из сухофруктов+витамин С 5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b> 1. варенная картошка с маслом 2. сок фруктовый 3. хлеб</p>

Понедельник -11	Вторник -12	Среда -13	Четверг -14	Пятница-15
<p><b>Завтрак</b></p> <p>1. каша манная молочная</p> <p>2. кисель</p> <p>3. батон с маслом</p> <p><b>Обед</b></p> <p>1. винегрет салат</p> <p>2. суп с фрикадельками</p> <p>3. жаркое по домашнему смясом</p> <p>4. компот из сухофруктов+ Витамин С</p> <p>5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b></p> <p>1 каша пшеничная молочная</p> <p>2. сок фруктовый</p> <p>3. булочка</p>	<p><b>Завтрак</b></p> <p>1. каша геркулесовая молочная</p> <p>2. чай фруктовый</p> <p>3. батон с маслом ,сыром</p> <p><b>Обед</b></p> <p>1. Салат из капусты с яблоками</p> <p>2. суп гороховый на к/б</p> <p>3. пельмени(говяж фарш)</p> <p>4. компот из сухофруктов+ Витамин С</p> <p>5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b></p> <p>1. каша рисовая молочная</p> <p>2. молоко (тетропакет).</p> <p>3. хлеб</p>	<p><b>Завтрак</b></p> <p>1. каша пшеничная молочная</p> <p>2. .какао с молоком</p> <p>3. батон с маслом</p> <p><b>Обед</b></p> <p>1 салат из моркови с луком</p> <p>2. борщ с фасолью на к/б</p> <p>3. гречка с мясом</p> <p>4. компот из сухофруктов+Витамин С</p> <p>5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b></p> <p>1. каша ячневая молочная</p> <p>2. варенец</p> <p>3. хлеб</p>	<p><b>Завтрак</b></p> <p>1. яйцо варенное</p> <p>2. кисель</p> <p>3. батон с маслом 10.00 (яблоко)</p> <p><b>Обед</b></p> <p>1. салат из свеклы с чесноком</p> <p>2. суп крестьянский на к/б</p> <p>3. курин мясо гарнир картофельное пюре</p> <p>4. компот из сухофруктов+Витамин С</p> <p>5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b></p> <p>1. суп вермишелевый молочный</p> <p>2. чай фруктовый</p> <p>3. печенье</p>	<p><b>Завтрак</b></p> <p>1. каша гречневая молочная</p> <p>2. какао с молоком</p> <p>3. батон с маслом 10.00 (яблоко)</p> <p><b>Обед</b></p> <p>1. Салат из моркови с луком</p> <p>2. домашняя лапша на к/б</p> <p>3. котлета(говяж фарш) гарнир рис</p> <p>4. компот из сухофруктов+ Витамин С</p> <p>5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b></p> <p>1 каша кукурузная молочная</p> <p>2. кисель</p> <p>3. хлеб</p>
Понедельник -16	Вторник -17	Среда -18	Четверг -19	Пятница -20
<p><b>Завтрак</b></p> <p>1 каша пшеничная молочная</p> <p>2. чай фруктовый</p> <p>3. батон с маслом</p> <p><b>Обед</b></p> <p>1. винегрет салат</p> <p>2. щи с куриным бульоном</p> <p>3. тефтели гарнир макароны</p> <p>4. компот из сухофруктов+Витами нС</p> <p>5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b></p> <p>1. каша ячневая молочная</p> <p>2. сок фруктовый</p> <p>3. пирожки с картошкой(духовой)</p>	<p><b>Завтрак</b></p> <p>1. каша геркулесовая молочная</p> <p>2. какао с молоком</p> <p>3. батон с маслом,сыром 10.00(яблоко)</p> <p><b>Обед</b></p> <p>1. сала из капусты с яблоками</p> <p>2 суп чечевичный к/б.</p> <p>3. плов с мясом</p> <p>4. компот из сухофруктов +Витамин С</p> <p>5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b></p> <p>1. суп вермишелевый молочная</p> <p>2. хлеб</p> <p>3. кисель</p>	<p><b>Завтрак</b></p> <p>1. каша манная молочная</p> <p>2. кисель</p> <p>3. батон с масом</p> <p><b>Обед</b></p> <p>1. салат из моркови с чесноком</p> <p>2. суп рисовый на к/ бульоном</p> <p>3. рагу овощной с мясом</p> <p>4. компот из сухофруктов+Витамин С</p> <p>5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b></p> <p>1. каша пшеничная молочная</p> <p>2. молоко(тетропакет)</p> <p>3. баранки</p>	<p><b>Завтрак</b></p> <p>1. каша гречневая молочная</p> <p>2. какао</p> <p>3. батон с маслом</p> <p><b>Обед</b></p> <p>1. Салат из капусты с луком</p> <p>2. свекольник на к/б</p> <p>3. .беляши с мясом (духовой)</p> <p>4. компот из сухофруктов+Витамин С</p> <p>5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b></p> <p>1. ..пудинг с творогом</p> <p>2. шай фруктовый</p>	<p><b>Завтрак</b></p> <p>1. каша рисовая молочная</p> <p>2. чай фруктовый</p> <p>3. батон с маслом 10.00 (яблоко)</p> <p><b>Обед</b></p> <p>1. салат из свеклы с чесноком</p> <p>2. рассольник на к/б</p> <p>3 курин мясо горнир горох пюре</p> <p>4. компот из сухофруктов+витамин С</p> <p>5. хлеб</p> <p><b>Полдник</b></p> <p>1 .каша кукурузная молочная</p> <p>2. варенец</p> <p>3. хлеб</p>

Медсестра:



Аширова Л.М.