|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **E:\Рабочий стол\САЙТ\04.12.2025 мед.сестра\Меню РУС 001.jpg** |

|  |
| --- |
| 20 күндік ас мәзірі20-ти дневное зимнее меню |
| **1 апта****1 неделя** |
|  | **Таңғы ас****Завтрак**  | **Второй завтрак** | **Түскі асОбед** | **Түстік**  **Полдник** |
| ДүйсенбіПонедельник | Каша геркулесовая молочная с маслом, сахаромБатон со сливочным маслом Какао на молоке с сахаром | 10:30 Компот фруктовый | Лапша по-домашнему на кур. б-неКурица запеченая в духовке с гречкойСалат из отварной свеклы на растительном маслеКисель ф/яг.+вит.СХлеб пшеничный  | Омлет паровой с зеленым горошкомЧай сладкий с молокомХлеб пшеничныйПеченье |
| СейсенбіВторник | Каша пшенная на молоке с сахаром и масломБатон со сливочным маслом, повидломЧай с молоком сахаром | 10:30 Фрукты (яблоки) | Суп гороховый на м/к бульоне Котлета мясная с отварными макаронамиСалат из капусты, моркови с луком на растительном маслеКомпот из с/фр/р+ вит.СХлеб пшеничный | Творожная запеканка с молочным соусомКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничный |
| Сәрсенбі Среда  | Каша манная молочная с маслом, сахаромБатон со сливочным маслом и сыромКофейный напиток на молоке с сахаром | 10:30 Компот фруктовый | Борщ на м/к бульоне со сметанойПлов мясной Салат из моркови с чесночком на растительном маслеКисель ф/яг.+вит.СХлеб пшеничный  | Суп вермишелевый молочный с масломЧай сладкий Хлеб пшеничный |
| Бейсенбі Четверг  | Каша кукурузная молочная с маслом сахаромБатон со сливочным масломЦикорий на молоке с сахаром  | 10:30 Фрукты (яблоки) | Суп с клецками на м/к бульоне Тефтеля рыбная с картофельным пюреСалат «Витаминный» (капуста, морковь, лук) на растительном маслеКомпот из с/ф.+вит.СХлеб пшеничный | Пицца мясная (овощная)Кисло-молочный напитокхлеб |
| Жұма Пятница  | Каша ячневая на молоке с сахаром и масломБатон с маслом, повидломЧай с молоком сахаром | 10:30 Компот фруктовый | Свекольник на костном бульоне со сметанойПельмени с масломСалат из отварного картофеля, моркови, капусты, лука на растительном маслеКомпот из с/фр.+вит.СХлеб пшеничный | Суп картофельный с гренкамиКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничныйПеченье |
| **2 апта** **2 неделя** |
| Дүйсенбі Понедельник  | Каша «Дружба» (рис, пшено) на молоке с сахаром и масломКакао с сахаром на молокеБатон со сливочным маслом и сыром | 10:30 компот фруктовый | Борщ на м/к бульоне со сметаной Мясной гуляш с макаронамиСалат из отварной свеклы с чесночком на растительном маслеКомпот из с/фр.+вит.СХлеб пшеничный | Пюре картофельное с тушеной капустойЧай с молоком, сладкийХлеб пшеничный |
| Сейсенбі Вторник  | Каша манная на молоке с сахаром и масломЦикорий на молоке с сахаромБатон со сливочным маслом, джемом | 10:30Фрукты(яблоки) | Суп фасолевый на к/б со сметаной и зеленьюДомашнее жаркоеСалат «Солнышко» из капусты с кукурузой и морковью на растительном маслеКисель ф/яг.+вит.СХлеб пшеничный | Вареники ленивые с творогом и масломКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничный |
| Сәрсенбі Среда  | Каша гречневая на молоке с сахаром и масломЧай с молоком, сахаромБатон со сливочным маслом | 10:30 компот фруктовый | Суп перловый на м/к бульоне со сметанойЗразы мясные с яйцом и овощным рагуКомпот ф/яг.+вит.СХлеб пшеничный | Каша овсяная молочная с маслом Пирог бисквитныйКисло-молочныйнапиток «Снежок» |
| Бейсенбі Четверг  | Каша кукурузная на молоке с сахаром и масломЦикорий на молоке с сахаромбатон со сливочным маслом, повидлом | 10:30 Фрукты | Суп бабушкин на м/к бульонеКотлета рыбная с отварным рисом в сливочном соусеСалат из моркови с чесночком на растительном маслеКомпот с/фр.+ вит С.Хлеб пшеничный  | Суп картофельныйс гренками Какао на молоке с сахаромХлеб пшеничныйПеченье |
| Жұма Пятница  | Каша ячневая молочная с масломЧай на молоке с сахаромбатон со сливочным маслом  | 10:30 Компот фруктовый |  Салат из капусты, моркови с луком на растительноммаслеЛапша домашняя на курином бульонеКурица тушеная в духовке с картофельным пюреКисель ф/я.+вит.СХлеб пшеничный |  Макароны отварные с тертым сыромКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничный |
| **3 апта** **3 неделя** |
| Дүйсенбі Понедельник  | Каша рисовая на молоке с сахаром масломЧай с молоком сахаромБатон со сливочным маслом и сыром | 10:30Компот фруктовый | Свекольник на м/к бульоне со сметаной, зеленьюГуляш мясной с пшеничной кашейСалат из капусты, моркови с луком на растительном масле Компот из с/фр.+вит.СХлеб пшеничный | Омлет паровой на молоке с зеленым горошкомКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничный |
| Сейсенбі Вторник  | Каша пшенная на молоке с маслом и сахаром Чай с молоком сладкийБутерброд с маслом джемом | 10:30 Фрукты(яблоки) | Борщ на м/к бульоне со сметанойКотлета мясная с отварными макаронамиСалат морковный на растительном маслеКомпот из с/фр.+вит.СХлеб пшеничный | Суп картофельный Булочка домашняя с посыпкойКисло-молочный напиток «Снежок» |
| Сәрсенбі Среда  | Каша ячневая на молоке с сахаром и масломКофейный напиток с сахаром на молокеБатон с маслом  | 10:30 Компот фруктовый | Суп гречневый на м/к бульонеШтрудли с тушеной капустой и картофелемКисель ф/яг.+вит.СХлеб пшеничный | Творожная запеканка со сливочным соусомКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничный |
| Бейсенбі Четверг  | Каша геркулесовая на молоке с сахаром и масломЧай на молоке с сахаромБатон со сливочным маслом, повидлом | 10:30 Компот фруктовый | Суп с клецками на м/к бульоне Биточки рыбные с картофельным пюре, подливомСалат из отварной свеклы с чесночком Компот из с/фр.+вит.СХлеб пшеничный | Пицца мяснаяКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничный |
| Жұма Пятница  | Каша манная на молоке с сахаром и масломКофейный напиток на молоке с сахаромБатон со сливочным маслом, сыром  | 10:30 Фрукты(яблоки) | Суп картофельный на м/к бульонеБеспармакВинегрет на растительном маслеКомпот из с/фр.+вит.СХлеб пшеничный | Суп рисовый молочный с маслом Чай с молоком сладкийХлеб пшеничныйПеченье |
| **4 апта** **4 неделя** |
| Дүйсенбі Понедельник  | Каша кукурузная на молоке с сахаром и масломЦикорий на молоке с сахаромБатон со сливочным маслом  | 10:30 Компот фруктовый | Лапша домашняя на курином бульонеПлов с курицейСалат из капусты, зел. горошка с луком на растительном маслеКисель ф/яг.+ вит.СХлеб пшеничный | Картофельное пюре с тушеной капустойКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничный  |
| Сейсенбі Вторник  | Каша пшенная на молоке с сахаром и масломЧай с молоком сахаромБатон со сливочным маслом, с джемом | 10:30 Фрукты (яблоки) | Свекольник на м/к бульоне со сметанойМанты мясные с масломСалат морковный на растительном маслеКомпот из с/фр.+вит СХлеб пшеничный | Творожно-манная запеканка со сливочным соусомКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничный |
| СәрсенбіСреда  | Каша гречневая молочная с маслом сахаром Чай сладкий с молокомБатон со сливочным маслом | 10:30 Компот фруктовый | Суп гороховый на м/к бульонеГуляш с отварными макаронамиСалат из капусты, моркови с луком на растительном маслеКисель ф/яг.+вит.СХлеб пшеничный | Пицца мяснаяКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничный |
| Бейсенбі Четверг  | Каша манная молочная с сахаром и масломКофейный напиток на молоке с сахаромБатон со сливочным маслом, повидлом | 10:30 Фрукты(яблоки) | Щи на м/к бульоне со сметанойТефтеля рыбная с картофельным пюреСалат из отварной свеклы с чесночком на растительном маслеКомпот из с/фр.+вит СХлеб пшеничный | Суп с фрикадельками картофельныйКисло-молочный напиток «Снежок»Хлеб пшеничный |
| жұмаПятница  | Каша ячневая на молоке с сахаром и масломЧай с сахаром на молокеБатон с маслом сливочным | 10:30 Компот фруктовый | Суп перловый на м/к бульоне со сметанойБигос (тушеная капуста) с мясомКисель ф/яг.+вит.СХлеб пшеничный | Макароны отварные с маслом и сыромКакао на молоке с сахаромХлеб пшеничный |