


 Утверждаю
 Заведующая Жумабаева А.Б.
 КГКП «Ясли-сад №14 отдела образования города
 Костаная» Управления образования акимата Костанайской
 области

Перспективное 10 –дневное меню лето -осень 2025 г

понедельник	выход	вторник	выход	среда	выход	четверг	выход	пятница	выход
Завтрак Каша «Дружба» молочная, батон, масло, сыр, какао	180/200 20/40 5/5 (4/5) 160/180	Завтрак Каша ячневая батон, масло, сыр, чай с молоком	180/200 20/40 5/5 (4/5) 160/180	Завтрак Вермишель в молоке, батон, масло, сыр, кофейный напиток	180/200 20/40 5/5 94/5) 160/180	Завтрак Каша геркулесовая молочная , батон, масло, сыр, какао	180/200 20/40 5/5 (4/5) 160/180	Завтрак Каша рисовая молочная, батон, масло, сыр, кофейный напиток	180/200 20/40 5/5 (4/5) 160/180
Второй завтрак Сок	130/160	Второй завтрак Фрукты	160/180	Второй завтрак Сок	130/160	Второй завтрак Фрукты	160/180	Второй завтрак Сок	130/160
Обед Салат – витаминный на р/масле, Суп рассольник на	40/60 160/180	Обед Салат – «Рыжик» на р/масле, Суп свекольный на	40/60 160/180	Обед Салат огурцы – на р/масле, Суп «Харчо» на к/б, Капуста	40/60 160/180	Обед Салат из св. помидор, на р/м Щи на к/б со сметаной Плов с мясом	40/60 160/180	Обед Салат – «тертая морковь на р/ масле», Суп с клецками на к/б со сметаной,	40/60 160/180

к/б со сметаной, Гречка с мясом Компот Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	180/200 150/180 20/50,30/60	м/к бульоне со сметаной, Жаркое по домашнему Компот Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	180/200 150/180 20/50,30/60	тушенная, Компот Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	180/200 150/180 20/50,30/60	Компот Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	180/200 150/180 20/50,30/60	Макароны с мясом, кисель Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	180/200 150/180 20/50,30/60
Полдник Йогурт, печенье	180/200 20/20	Полдник Ряженка вафля,	180/200 25/25	Полдник Кефир Домашняя булочка	180/200 60/60	Полдник Кисель, печенье	150/180 20/20	Полдник Снежок, вафля	180/200 25/25
Ужин Творожно-манный пудинг, сладкий чай с молоком Хлеб пшеничный	180/200 150/180 20/20	Ужин Макароны с сыром сладкий чай с молоком, кондитерские изделия Хлеб пшеничный	180/200 150/180 10/10 20/20	Ужин Каша Полтавка молочная, сл. чай с лимоном, конд. изделия Хлеб пшеничный	180/200 150/180 10/15 20/20	Ужин Каша манная молочная, сладкий чай с молоком, кондитерские изделия Хлеб пшеничный	180/200 150/180 10/15 20/20	Ужин Каша Ячневая молочная, чай с лимоном, кондитерские изделия Хлеб пшеничный	180/200 150/180 10/15 20/20

понедельник	выход	вторник	выход	среда	выход	четверг	выход	пятница	выход
Завтрак Молочный вермишелевый суп, батон, масло, сыр, какао	180/200 20/40 5/5 (4/5) 160/180	Завтрак Молочная пшённая каша, батон, масло, сыр, кофейный напиток	180/200 20/40 5/5 (4/5) 160/180	Завтрак Молочный суп молочный рисовый , батон, масло, сыр, какао	180/200 20/40 5/5 (4/5) 160/180	Завтрак Каша молочная «Полтавка», батон, масло, кофейный напиток	180/200 20/40 5/5 160/180	Завтрак Суп гречневый молочный, батон, масло, какао	180/200 20/40 5/5 160/180
Второй завтрак Сок	130/160	Второй завтрак Фрукты	160/180	Второй завтрак Сок	130/160	Второй завтрак Фрукты	160/180	Второй завтрак Сок	130/160
Обед Салат – тёртая морковь на р/масле, Гороховый суп на к/б, со сметаной Гуляшс мясом Гарнир: гречневая Компот Хлеб пшеничный и ржаной	40/60 160/180 180/200 150/180 20/50,30/60	Обед Салат – огурец на р/масле, Борщ на м/к бульоне со сметаной Плов с мясом Кисель Хлеб пшеничный и ржаной	40/60 160/180 180/200 150/180 20/50,30/60	Обед Салат «Капуста» на р/масле Суп с зелёным горошком и яйцом на м/к б-не со сметаной Макароны отварные с мясом Компот Хлеб пшеничный и ржаной	40/60 160/180 180/200 150/180 20/50,30/60	Обед Салат- свекольный на р/м, Суп вермишелевый на к/б со сметаной Капуста тушённая с мясом Компот Хлеб пшеничный и ржаной	40/60 160/180 180/200 150/180 20/50,30/60	Обед Салат – «Морковь» на р/масле, свекольный Суп фасолевый на к/б-не со сметаной Гуляш с мясом, гарнир рисовая каша Компот Хлеб пшеничный	40/60 160/180 180/200 150/180 20/50,30/60

								и ржаной	
Полдник Йогурт печенье	180/200 20/20	Полдник Ряженка вафля	180/200 25/25	Полдник Кефир Домашняя булочка	180/200 40/60	Полдник Кисель печенье	150/180 20/20	Полдник Снежок вафля	180/200 25/25
Ужин Омлет на молоке чай, кондитерские изделия, хлеб пшеничный	180/200 150/180 20/20	Ужин Каша кукурузная молочная ,чай с молоком хлеб пшеничный	180/200 150/180 20/20	Ужин Каша ячневая молочная. чай с лимоном, хлеб пшеничный	180/200 150/180 20/20	Ужин Каша рисовая молочная сладкий чай, хлеб пшеничный	180/200 150/180 20/20	Ужин Каша молочная геркулесовая , сладкий чай, хлеб пшеничный, конфета	180/200 150/180 20/20