



Ас ішу тәртібі



АС-АДАМНЫҢ АРҚАУЫ

АСПАЗШЫ БҰРЫШЫ



ПАЙДАЛЫ ТАҒАМАДАР

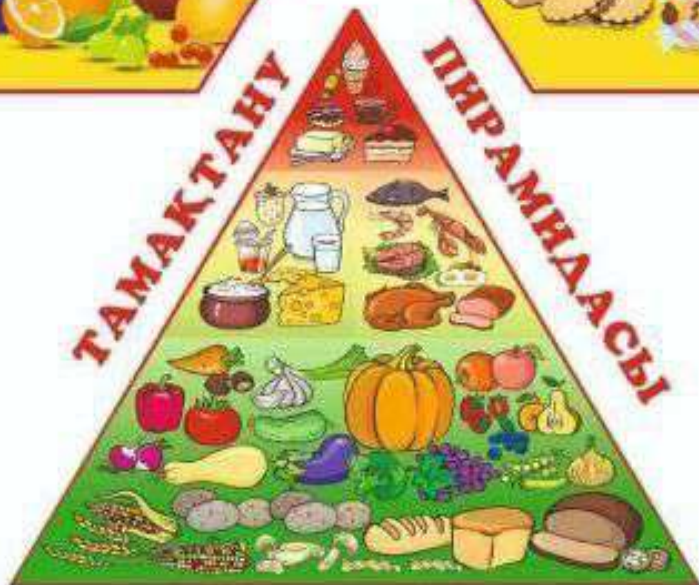


ЗИЯНЫ ТАҒАМАДАР



ТАМАҚТАНУ

ПИРАМИДАСЫ



УТВЕРЖДАЮ

ТОО Успех- GOLD-8



Перспективное четырехнедельное меню Зима-Весна на 2025-2026 год

1-неделя

Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса
Каша молочная кукурузная со слив.маслом	150/3 180/5	Каша молочная пшениная со слив.масл	150/3 180/5	Каша геркулесовая со слив.маслом	150/3 180/5	Каша молочная ячневая со слив.маслом	150/3 180/5	Каша молочная гречневая со слив.маслом	150/3 180/5
Какао на молоке	150/180	Чай фруктовый	150/180	Какао на молоке	150/180	Напиток Витаминка из Шиповника	150/180	Какао на молоке	150/180
Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5 50/5	Хлеб пшеничный I со слив.маслом и сыром	30/5/10 50/5/10	Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5 50/5	Хлеб пшеничный I со слив.маслом и сыром	30/5/10 50/5/10	Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5 50/5
2-ой завтрак Напиток фруктовый	150/180	2-ой завтрак Фрукты свежие	130/90	2-ой завтрак Фрукты свежие	130/90	2-ой завтрак Фрукты свежие	130/90	2-ой завтрак Напиток фруктовый	150/180
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Суп Борщ на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп Лапша по-домашнеу на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп Свекольник на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп Щи из св. капусты на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп с Клецками на к/б со сметаной	150/5 180/10
Плов из куриного мяса	180/200	Бигус с мясом	180/200	Картофель тушеная с мясом	180/200	Тефтели мясные в томатно-сметанном соусе	180/200	Овощное рагу с мясом	180/200
Салат из соленого огурца с раст. маслом	30/40	Салат из моркови з/п с раст.маслом	30/40	Салат капуста с морковью с раст.маслом	30/40	Салат из отварных овощей з/п с раст.маслом	30/40	Салат витаминный с раст. маслом	30/40
Компот из сухофруктов	150/180	Напиток яблочный	150/180	Компот из сухофруктов	150/180	Напиток из изюма	150/180	Компот из сухофруктов	150/180
Хлеб пшеничный I сорт	30/60	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Хлеб пшеничный I сорт	30/60
Хлеб ржаной	30/60	Хлеб ржаной	30/60	Хлеб ржаной	30/60	Хлеб ржаной	30/60	Хлеб ржаной	30/60
/Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Молоко	100/100	Молоко	150/180	Напиток из кураги	150/180	Молоко	100/100	Компот фруктовый	150/180
Печенье	20/20			Печенье крокет	20/20	Печенье крокет	20/20		
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Запеканка творожно – манная со сгущ.молоком	100/20 110/20	Рис отварная со слив.маслом	150/180	Суп молочный с вермишелью	150/180	Суп с рыбными фрикадельками	150/180	Булочка домашняя	60/70
Чай сладкий	150/180	Напиток Витаминка из шиповника	150/180	Чай сладкий	150/180	Напиток Денсаулык (лимон и яблока)	150/180	Кефир	150/180
		Хлеб пшеничный I сорт	10/20	Хлеб пшеничный I сорт	10/20	Хлеб пшеничный I сорт	10/20		

Перспективное четырехнедельное меню Зима-Весна на 2025-2026 год

2-неделя

Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса
Каша молочная пшеничная со слив.маслом	150/3 180/5	Каша молочная кукурузная со слив.масл	150/3 180/5	Каша гречневая со слив.маслом	150/3 180/5	Каша молочная ячневая со слив.маслом	150/3 180/5	Каша молочная геркулесовая со слив.маслом	150/3 180/5
Чай фруктовый	150/180	Какао на молоке	150/180	Напиток Витаминка из шиповника	150/180	Какао на молоке	150/180	Какао на молоке	150/180
Хлеб пшеничный I сорт слив. маслом	30/5 50/5	Хлеб пшеничный I сорт слив.маслом и сыром	30/5/10 50/5/10	Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5 50/5	Хлеб пшеничный I со слив.маслом и сыром	30/5/10 50/5/10	Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5 50/5
2-ой завтрак		2-ой завтрак		2-ой завтрак		2-ой завтрак		2-ой завтрак	
Напиток фруктовый	150/180	Фрукты свежие	130/90	Фрукты свежие	130/90	Фрукты свежие	130/90	Напиток фруктовый	150/180
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Суп Овощной на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп Харчо на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп Борщ на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп Чечевичный на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп Мампар на к/б со сметаной	150/5 180/10
Гуляш из говядины	60/70	Тушеная капуста с мясом	180/200	Котлеты мясные	60/70	Тушеное мясо в томатно-сметанном	180/200	Голубцы ленивые мясные	180/200
Гречка отварные	120/130	Салат из моркови з/п с раст.маслом	30/40	Картофельное пюре	120/130	Макароны отварные	30/40	Салат витаминный с раст. маслом	30/40
Салат из свеклы с чесноком с раст. масл	30/40	Напиток из кураги	150/180	Салат капуста с морковью с раст.маслом	30/40	Салат из отварной свеклы и яблокой з/п с раст.масл	30/40	Компот из сухофруктов	150/180
Компот из сухофруктов	150/180	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Компот из сухофруктов	150/180	Напиток яблочный	150/180	Хлеб пшеничный I сорт	30/60
Хлеб пшеничный I сорт	30/60	Хлеб ржаной	30/60	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Хлеб ржаной	30/60
Хлеб ржаной	30/60			Хлеб ржаной	30/60	Хлеб ржаной	30/60		
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Молоко печенье крокет	100/100 20/20	Компот из сухофруктов	150/180	Напиток фруктовый Печенье крокет	150/180 20/20	Молоко	100/100	Кефир	150/180
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Запеканка творожно – манная со сгущ.молоком	110/20	Макароны со слив.масл.	150/180	Суп молочный с вермишелью	150/180	Суп с рыбными фрикадельками	150/180	Салат из вареных овощей	50/60
Чай фруктовый	150/180	Чай фруктовый	150/180	Чай сладкий	150/180	Напиток с лимоном	150/180	Булочка домашняя	60/70
		Хлеб пшеничный I сорт	10/20	Хлеб пшеничный I сорт	10/20	Хлеб пшеничный I сорт	10/20	Напиток яблочный	150/180

Перспективное четырехнедельное меню Зима-Весна на 2025-2026 год

3-неделя

Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса
Каша молочная кукурузная со слив.масл	150/3 180/5	Каша молочная овсяная со слив.масл	150/3 180/5	Каша молочная пшеничная со слив.масл.	150/3 180/5	Каша молочная ячневая со слив.маслом	150/3 180/5	Каша Дружба со слив.маслом	150/3 180/5
Чай фруктовый	150/180	Напиток Витаминка из шиповника	150/180	Какао на молоке	150/180	Чай фруктовый	150/180	Какао на молоке	150/180
Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5 50/5	Хлеб пшеничный I со слив.маслом и сыром	30/5/10 50/5/10	Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5 50/5	Хлеб пшеничный I сорт слив.маслом и сыром	30/5/10 50/5/10	Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5 50/5
2-ой завтрак		2-ой завтрак		2-ой завтрак		2-ой завтрак		2-ой завтрак	
Напиток фруктовый	150/180	Фрукты свежие	130/90	Фрукты свежие	130/90	Фрукты свежие	130/90	Напиток фруктовый	150/180
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Суп Щи из св. капуст на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп с Клецками на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп Гороховый на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп овощной из св. капусты на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп с фасолью на к/б со сметаной	150/5 180/10
Плов с мясом	180/200	Бигус с курицей	180/200	Жаркое по - домашнему	180/200	Тефтели мясные в томатно-сметанном	180/200	Овощное рагу с мясом	180/200
Салат капуста с морковью с раст. масл	30/40	Салат из моркови з/п с раст.маслом	30/40	Салат капуста с морковью с раст.маслом	30/40	Салат Винегрет з/п с раст.маслом	30/40	Салат витаминный с раст. маслом	30/40
Напиток Витаминка из шиповника	150/180	Компот из сухофруктов	150/180	Напиток Витаминка из шиповника	150/180	Компот из сухофруктов	150/180	Напиток из кураги	150/180
Хлеб пшеничный I сорт	30/60	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Хлеб пшеничный I сорт	30/60
Хлеб ржаной	30/60	Хлеб ржаной	30/60	Хлеб ржаной	30/60	Хлеб ржаной	30/60	Хлеб ржаной	30/60
/Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Молоко	100/100	Напиток фруктовый	150/180	Молоко	150/180	Молоко	100/100	Компот из сухофруктов	150/180
Печенье	20/20					Печенье крокет	20/20		
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Запеканка творожно – манная со сгущ.молоч	100/20 110/20	Суп молочный с вермишелью	150/180	Рис отварная со слив.маслом	150/180	Суп с рыбными фрикадельками	150/180	Пирожки с яйцом	60/70
Чай сладкий	150/180	Чай сладкий	150/180	Фруктовый напиток	150/180	Чай фруктовый	150/180	Кефир	150/180
		Хлеб пшеничный I сорт	10/20	Хлеб пшеничный I сорт	10/20	Хлеб пшеничный I сорт	10/20		

Перспективное четырехнедельное меню Зима-Весна на 2025-2026 год

4-неделя

Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса	Завтрак	Масса
Каша геркулесовая молочная со слив.масл	150/3 180/5	Каша молочная ячневая со слив.масл	150/3 180/5	Каша рисовая со слив.маслом	150/3 180/5	Каша молочная пшеничная со слив.маслом	150/3 180/5	Каша молочная кукурузная со слив.маслом	150/3 180/5
Какао на молоке	150/180	Чай фруктовый	150/180	Какао на молоке	150/180	Чай фруктовый	150/180	Какао на молоке	150/180
Хлеб пшеничный I сорт слив. маслом	30/5 50/5	Хлеб пшеничный I сорт слив.маслом и сыром	30/5/10 50/5/10	Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5 50/5	Хлеб пшеничный I со слив.маслом и сыром	30/5/10 50/5/10	Хлеб пшеничный со слив. маслом	30/5 50/5
2-ой завтрак		2-ой завтрак		2-ой завтрак		2-ой завтрак		2-ой завтрак	
Напиток фруктовый	150/180	Фрукты свежие	130/90	Фрукты свежие	130/90	Фрукты свежие	130/90	Напиток фруктовый	150/180
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Суп Борщ на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп - Манпар на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп Свекольник на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп овощной на к/б со сметаной	150/5 180/10	Суп гороховый на к/б со сметаной	150/5 180/10
Гуляш с мясом	60/70	Тушеная капуста с курицей	180/200	Котлеты мясные	60/70	Тушеное мясо со соусом	180/200	АЗУ по- татарский	180/200
Гречка отварная	120/130	Салат из моркови з/п с раст.маслом	30/40	Картофельное пюре	120/130	Макароны отварные	120/130	Салат витаминный с раст. маслом	30/40
Салат капуста с морковью с растит. маслом	30/40	Напиток Витаминка из шиповника	150/180	Салат капуста с морковью с раст.маслом	30/40	Салат из отварной свеклы и яблокой з/п с раст.масл	30/40	Компот из сухофруктов	150/180
Компот из сухофруктов	150/180	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Компот из сухофруктов	150/180	Напиток Витаминка из шиповника	150/180	Хлеб пшеничный I сорт	30/60
Хлеб пшеничный I сорт	30/60	Хлеб ржаной	30/60	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Хлеб пшеничный I сорт	20/50	Хлеб ржаной	30/60
Хлеб ржаной	30/60			Хлеб ржаной	30/60	Хлеб ржаной	30/60		
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	100/100	Полдник	
Молоко	100/100	Молоко	150/180	Напиток фруктовый	150/180	Молоко	20/20	Компот фруктовый	150/180
Крокет	20/20			Крокет		Печенье крокет			
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Запеканка творожно – манная со сгущ.молоч	110/20	Макароны со слив.масл.	150/180	Молочный суп с пшеницей		Суп с рыбными фрикадельками	150/180	Булочка домашняя	60/70
Фруктовый напиток	150/180	Чай фруктовый	150/180	Чай сладкий	150/180	Чай фруктовый	150/180	Кефир	150/180
		Хлеб пшеничный I сорт	10/20	Хлеб пшеничный I сорт	10/20	Хлеб пшеничный I сорт	10/20		