

Қысқы-көктемгі 10 күндік ас мәзірі / Перспективное меню зима-весна на 10 дней
1 апта/ неделя

1. ПОНЕДЕЛЬНИК	2. ВТОРНИК	3. СРЕДА	4. ЧЕТВЕРГ	5. ПЯТНИЦА
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша молочная пшениная Какао с молоком Хлеб с маслом	Каша молочная геркулесовая Кофейный напиток с молоком Хлеб с маслом, сыром	Каша молочная рисовая Какао с молоком Хлеб с маслом	Каша молочная кукурузная Кофейный напиток с молоком Хлеб с маслом, сыром	Каша молочная ячневая Какао с молоком Хлеб с маслом
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Суп мампар Мясо с овощным подливом, гарнир гречка Салат квашенная капуста с луком Компот с/ф с вит. «С» Хлеб ржаной	Рассольник со сметаной, зеленью Котлета, тушеные овощи Салат свекольный Компот из чернослива с витамином С Хлеб ржаной	Суп чечевичный с зеленью Орама нан Салат капуста, яблоко Кисель с вит. «С» Хлеб ржаной	Свекольник со сметаной Плов с мясом Салат соленые огурцы, лук Компот из вишни с витамином С Хлеб ржаной	Домашняя лапша на к/б Тефтели с пюре Салат витаминный Компот с/ф с вит. «С» Хлеб ржаной
Полдник/Ужин	Полдник/Ужин	Полдник/Ужин	Полдник/Ужин	Полдник/Ужин
Молокосодержащий творожный продукт с ванилином Сладкий плов с изюмом Чай с лимоном Хлеб пшеничный	Булочка с изюмом Макароны по-флотски Чай с молоком Хлеб пшеничный	Молокосодержащий фрукто-ягодный продукт «Клубника» Печенье Гречка с томатным соусом Хлеб пшеничный	Выпечка Картофельное пюре Чай с лимоном Хлеб пшеничный	Молокосодержащий фрукто-ягодный продукт «Клубника» Печенье Творожная запеканка, Хлеб пшеничный

2 апта/ неделя

1.ПОНЕДЕЛЬНИК	2.ВТОРНИК	3.СРЕДА	4.ЧЕТВЕРГ	5.ПЯТНИЦА
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша молочная пшеничная Сладкий чай Хлеб с маслом, сыром	Суп рисовый молочный Какао с молоком Хлеб с маслом	Каша молочная курурузная Чай с лимоном Хлеб с маслом, сыром	Каша «Дружба» Какао с молоком Хлеб с маслом	Каша манная Сладкий чай Хлеб с маслом, сыром
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Суп домашняя лапша Пигоди Салат морковь, яблоки Компот с/ф с вит. «С» Хлеб ржаной	Суп с фрикадельками со сметаной Макароны, гуляш Салат капуста с горошком Компот из чернослива с витамином С Хлеб ржаной	Суп гороховый со сметаной, зеленью Тефтели, гарнир картофельное пюре Салат огурцы соленые дольками Кисель с вит. «С» Хлеб ржаной	Суп крестьянский с яйцом на м/к бульоне Лагман Салат свекла с яблоком Компот из вишни с витамином С Хлеб ржаной	Борщ со сметаной Рулет мясной с яйцом, овощной подлив, рис Салат вареные овощи Компот с/ф с вит. «С» Хлеб ржаной
Полдник/Ужин	Полдник/Ужин	Полдник/Ужин	Полдник/Ужин	Полдник/Ужин
Молокосодержащий творожный продукт с ванилином Компот из чернослива с витамином С Гречка с мясным подливом	Булочка с изюмом Рис с овощным подливом Чай сладкий Хлеб пшеничный	Молокосодержащий фрукто-ягодный продукт «Клубника» Печенье Макароны по-флотски Хлеб пшеничный	Выпечка Чай с лимоном Картофельная запеканка Хлеб пшеничный	Молокосодержащий фрукто-ягодный продукт «Клубника» Печенье Творожная запеканка Хлеб пшеничный