

«КЕЛІСІЛДІ»

Қамқоршылық кеңесінің төрағасы



Сердалиева Р.А.

« 02 » 12 2024ж.

«БЕКІТІЛДІ»

«№9 «Бейшенейк» бөбекжай – балабақшасы» МҚКК
менгерушісі

« 02 »

2024ж.

Абдишүкірова С.Ж.



Ақтөбе қаласының мектепке дейінгі ұйымдарында тәрбиеленетін балалардың жас мөлшері

(2 жастан 3 жасқа дейін) тамақтандыруға 2024-2025 жылға арналған он күндік ас мәзірі (жаз-күз) мезгілі

(мектепке дейінгі ұйымдарда болу ұзақтығы – 10,5 сағат)

10 – ти дневное перспективное меню для организации питания детей от 2-х лет до 3-х лет, воспитывающихся

в дошкольных организациях города Актобе на 2024-2025 год (лето-осень)

(в дошкольных организациях с длительностью пребывания – 10,5 час)

День	Меню	Выход	Перечень продуктов
		2-3 года	
1-день	Завтрак	200	Крупа манная-10, молоко-200, сахар-5, масло слив.-3.
		30-6-5	Хлеб-30, масло слив.-5.
		150	Чай сладкий с молоком
	10.00	90	Фрукты
			90
	Обед	150	Мясо -20, фасоль-10 лук-10 марковь-10 картофель-30 масло раст-1, томат -3.
		50	Морковь -50 масло раст. -1.
		150	Мясо-40, лук-10, морковь-10, картофель-70, масло слив.-2, масло раст.-2.
		150	Кисель-10, сахар -5
		25	Хлеб ржаной - 25.
		150	Молоко - 150,
	Полдник	20	Мука - 30, масло раст.-1, яйцо - 0,1, сахар - 5, дрожжи, ванилин, разрыхлитель, повидло -10,
		180	Капуста - 100, рис - 5, лук - 10, морковь - 10, томат - 3, масло слив. - 2, масло растительное-2
	Ужин	150	Чай-0,2, сахар -5
		25	Хлеб пшеничный - 25

День	Меню	Выход	Перечень продуктов	
		2-3 года		
2-день	Завтрак	Каша геркулес молочная с маслом	200	Геркулес – 10, сахар – 10, масло слив. – 3, молоко -200.
		Хлеб с маслом с сыром	30-5	Хлеб – 30, масло – 5. Сыр-3
		Чай с молоком	150	Чай – 0,2 молоко – 150, сахар – 5.
	10.00	Фрукты	90	-90.
	Обед	Суп рассольник на к/б со сметаной	150	Мясо – 20, перловка-5 1 картофель –30, лук – 10, морковь – 10, масло раст. -1, томат – 5 соленный огурцы сметана соль зелень
		Гуляш мясная с макаронами	50/100	Мясо-40, масло раст.-2, масло слив.-2, макароны –30 ,лук -10, морковь – 10, томат – 5 мука-3
		Компот из сухофруктов	150	Сухофрукты -15 сахар – 5
		Салат из капусты	50	Капуста –50, масло раст-1.
		Хлеб ржаной	25	Хлеб рж. -25
	Полдник	Вафли	4	Вафли – 4
Молоко		150	,	
Ужин	Картофельное пюре с рыбной котлетой	50/100	Картофель – 70, рыба 45 мука – 3, яйцо-5, морковь-20 лук-20, молоко -30, масло раст –2 масло слив.-2,	
	Чай с лимоном	150	Чай -0,2, сахар -5 лимон-5	
	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный -25	

День	Меню	Выход	Перечень продуктов
		2-3 года	
3-день	Завтрак	200	Масло сливоч. – 3, крупа пшеничная – 10, сахар – 5, молоко – 200.
		30-5-6	Хлеб пшеничный - 30, масло сливочное-5, сыр-3
		150	Сахар-5, молоко -150
	10.00	90	Яблоки - 90
	Обед	150	Мясо-20, капуста – 50, картофель – 50, лук – 10, морковь – 10, свекла – 20, раст.масло – 1,5, сметана – 5, томат-5.
		150	Мясо – 40, рис-30, масло слив.- 2, раст.масло – 1,5, лук-10, морковь-10.
		50	Морковь – 20, картофель – 40, лук-5, масло растительное-1, солен огурцы
		25,25	Хлеб рж Хлеб пш
		150/	Кисель – 10, сахар – 5.
		4	Пряник – 4
	Полдник	170	Кефир- 170
	Ужин	200	Творог масло слив. – 2, яйцо – 0,1 сахар – 5, манка – 5, масло растительное-1, разрыхлитель, ванилин мука-30
		150	Какао-5, сахар – 5 Молоко 150

День	Меню	Выход	Перечень продуктов
		2-3 года	
4-день	Завтрак	200	Крупа пшено – 10, молоко – 200, сахар – 5, масло сл. – 3.
		30/5	Хлеб – 30, масло слив. – 5.
		150	Чай – 0,2, сахар – 5
	10.00	90	90
	Обед	150	Мясо – 20, лук- 10, морковь – 10, картофель – 50 томат-5, масло раст. – 1, чеснок – 1.рис-10
		150	Мясо – 40, лук- 10, масло рас. – 1, морковь-10, гречка -30 масл слив-2 мука3 картошка-10
		50	Картофель-20 морковь20 свекла-10 лук-5 масл раст . . – 1.
		150	Сухофрукты – 15 сахар – 5.
		25	Хлеб ржаной – 25.
		150	молоко – 100, сахар – 5.
	Полдник	4	Печенье – 4.
		200	Крупа яичневая - Молоко-200 масл слив-2 сахар-10
	Ужин	150	Чай – 0,2, сахар – 5.

День	Меню	Выход	Перечень продуктов
		2-3 года	
5-день	Завтрак	200	Крупа кукурузная – 10, сахар – 5, масло слив. – 3, молоко – 200.
		30-5-6	Хлеб – 30, масло слив. -5, сыр – 3
		150	чай – 0,02, сахар – 5, молоко-150
	10.00	90	Яблоко – 90
	Обед	150	Мясо -20, лук-10, морковь – 10, картофель – 30, пшено -5, масло раст. – 1.
		150	Картофель – 70 капуста – 100, мясо – 40, лук – 10, морковь – 10, масло слив. – 2, масло раст. – 2, томат – 5
		150	Кисель – 10, сахар – 5.
		50	Свекла-50 масл раст-1
		25	Хлеб ржаной – 25.
	Полдник	4	Пряник – 4
		150	Молоко – 150.
	Ужин	150	Масло слив. – 2, масло растительное-2, рис – 30, морковь – 10, изюм, курага,
		150	Чай – 0,2, сахар – 10.
		25	Хлеб пшеничный – 25.

День	Меню	Выход	Перечень продуктов
		2-3 года	
6-день	Завтрак	Каша рисовая с маслом	Молоко – 200, рис – 10, сахар – 5, масло слив. – 2.
		Хлеб с маслом	Хлеб – 30, масло слив. – 5.
		Чай сладкий	Чай – 0,02, сахар – 5
	10.00	Фрукты	Апельсин – 90
		Лапша домашняя	Мясо – 20, мука – 10, морковь – 10, картофель – 30, лук – 10, яйцо – 1, масло растительное – 1
Обед		Овощной гарнир с кур. мясом	Мясо – 40, лук – 10, морковь – 10, картофель – 70, масло слив. – 1, масло раст. – 2.
		Компот из сухофруктов	Сахар – 5, сухофрукты – 15.
		Салат из <i>хемуса</i>	<i>хемуса</i> 50, масло раст. – 1.
		Хлеб ржаной	Хлеб ржаной – 25.
		Булочка сдобная	Мука – 30, яйцо – 0,5, масло слив. – 2, сахар – 5, дрожжи, разрыхлитель, ванилин, масло растительное – 1
Полдник		Молоко	Молоко – 100.
		Каша манная молочная	Крупа манная – 10, масло слив. – 2, сахар – 5, молоко – 200.
		Кефир	Кефир – 170
Ужин		Хлеб пшеничный	Хлеб пшенич. – 25.

День	Меню	Выход	Перечень продуктов
		2-3 года	
7-день	Завтрак	200	Крупа гречка – 10, масло слив. – 3, сахар – 5, молоко – 200.
		30-5-6	Сыр – 3, хлеб пшеничный – 30, масло – 5.
		150	Чай – 0,02, сахар – 5, молоко – 150
	10.00	90	– 90.
		150	Свекла – 80, мясо – 20, лук – 10, морковь – 10, картофель – 50, сметана – 5, масло раст. – 1, томат – 3.
	Обед	150	Мясо – 40, лук – 10, картофель – 30, сочни – 30, морковь – 30
		150	Кисель – 10, сахар – 5.
		50	Морковь – 60, масло раст. – 1.
		25,25	Хлеб ржаной – 25. Хлеб пшен – 25
	Полдник	4	Печенье – 4
		150	Молоко – 150, сахар – 5.
	Ужин	200	Творог, морковь – 30, манка – 5, яйцо – , масло растительное – 1, сахар – 5, масло слив. – 4.
		150	, сахар – 5, чай – 0,2.

День	Меню	Выход	Перечень продуктов
		2-3 года	
8-день	Завтрак	200	Молоко -200, сахар -10 масло слив.-3, крупа пшенич. – 5, ячневая крупа – 5, крупа геркулес – 5.
		30	Хлеб – масло слив. – 5.
		150	Чай – 0,02, сахар-5.
		90	90
	10.00	150	Мясо – 20, лук – 10, морковь – 10, картофель – 30, рис – 5, масло раст. – 1.
	Обед	150	Картофель – 70 лук – 10, морковь – 10, мясо – 40, капуста – 80, масло слив.-2, масло раст.-2, томат – 5
		50	Морковь – 60, масло раст. – 1.
		150	Сухофрукты – 15, сахар – 5.
		25	Хлеб ржаной – 25
	Полдник	4	Пираник – 4
		170	Кефир-170
	Ужин	150	масло слив. – 2, лук -10, картофель – 40
		150	Какао-5, сахар – 5. молоко-150,

День	Меню	Выход	Перечень продуктов
		2-3 года	
9-день	Завтрак	200	Молоко – 200, крупа манка – 10, сахар – 10, масло слив. – 3.
		30/6	Хлеб пшенич. – 30, сыр – 3 масло слив. - 5
		150	Чай – 0,02, сахар – 5 молоко – 150.
	10.00	90	– 90
	Обед	150	Мясо – 20, лук – 10, морковь – 10, картофель – 30, горох – 10, масло раст. – 1,5.
		150	Мясо – 40, лук – 10, морковь – 10, марков 30, масло слив. – 2, масло раст. – 1,5, томат – 5, мука – 3
		150	Кисель – 10, сахар – 5.
		50	Картофель – 20, морковь-20, соленые огурцы-10, масло раст. – 1, лук – 5
		25	Хлеб рж. – 25
		150	Молоко – 150, сахар – 5, масло слив. – 2.
		4	Печенье – 4
	Полдник		
	Ужин	150	Уха из рыбы, масло сливочное-2, картофель 40, морковь-10 лук – 10, пшено-10 рыба-
		150	Чай с лимоном Чай – 0,02, сахар – 5, лимон-5
		25	Хлеб пшенич. - 25

День	Меню	Выход	Перечень продуктов
		2-3 года	
10-день	Завтрак	200	Молоко – 200, рис – 5, пшено – 5, сахар – 5, масло слив. – 3.
		30/5	Хлеб пшенич. – 30, масло слив. – 5.
		150	Чай – 0,02, сахар – 5.
		90	Яблоко – 90
	10.00	150	Мясо – 20, лук – 10, морковь – 10, картофель – 30, капуста – 50, свекла – 20, масло раст. – 1, сметана – 5, томат.
	Обед	50-100	Мясо – 40, лук – 10, морковь – 10, картофель – 70, томат – 5, яйцо – 0,1, масло слив. – 2, масло раст. – 7, мука – 5
		150	Сухофрукты – 15, сахар – 5
		25	Хлеб рж. – 25
		4	Вафли – 4
	Полдник	150	молоко – 150.
		150	Крупа ячневая – 10, сахар – 5, молоко – 200, масло слив. – 2
	Ужин	150	Чай – 0,02, сахар – 5.
		150	