



«Утверждаю»  
директор СШГИ им. И. Алтынсарина  
Ы.С.Келинбердиева

## ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ЗИМА-ВЕСНА

на 2022-2023 учебный год

1 неделя

	<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четверг</i>	<i>Пятница</i>	<i>Суббота</i>	<i>Воскресенье</i>
<i>завтрак</i>	Каша пшеничная со сливочным маслом. Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом. Кофейный напиток Йогурт в стаканчике	Каша на молоке геркулесовая Творожная запеканка Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом. Сыр голландский. Яйцо варенное Какао /Курага	Каша рисовая на молоке Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом Колбаса Чай/ Барни	Каша манная со сливочным маслом Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом Кофейный напиток Конфеты	Каша молочная Дружба со сливочным маслом. Хлеб пшеничный ржаной со сливочным маслом. Сыр колбасный Чай со сгущ. молоком Творожная масса	Суп молочный вермишелевый Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом Кофейный напиток Йогурт в стаканчике	Омлет Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом. Какао с молоком Печенье
<i>II завтрак</i>	Фрукты Сок Выпечка	Фрукты Сок Выпечка	Фрукты Сок Выпечка	Фрукты Сок Выпечка	Фрукты Сок Выпечка	Фрукты Сок Выпечка	Фрукты Сок Выпечка
<i>Обед</i>	Салат свекольный с луком чесноком. Суп « Лапша домашняя» Тефтели Картофельное пюре Хлеб пшеничный, ржаной Кисель.	Салат из свежей капусты с морковью сл.перцем. Суп гречневый Плов (мясо кур) Хлеб пшеничный, ржаной Чай с лимоном	Салат овощной (картофель, свекла, морковь, огурец) Борщ с фасолью со сметаной. Домашнее жаркое Хлеб пшеничный, ржаной Компот из сухофруктов.	Салат свекольный Суп с макарон. изделиями Рыба ( горбуша) запеченная под молочным соусом с сыром Рис припущенный Хлеб пшеничный, ржаной Чай	Салат морковный Рассольник со сметаной. Гуляш / Макароны Хлеб пшеничный, ржаной Чай/мед	Салат из свежей капусты с морковью с луком и чесноком Мясо по-казахски Хлеб пшеничный, ржаной Компот из сухофруктов	Винегрет Суп картофельный с фрикадельками Овощное рагу с мясом(картофель, капуста, морковь, лук) Хлеб пшеничный, ржаной Чай с молоком

<i>полдник</i>	Булочка домашняя Компот из сухофруктов	Выпечка Молочный коктейль	Выпечка Компот из свежих фруктов	Пирожки печенные с мясом Кисель	Выпечка Компот из сухофруктов	Барни Сок	Печенье Сок
<i>ужин</i>	Винегрет (капуста, морковь, лук, свекла, ) Гуляш Рис припущенный Хлеб пшеничный, ржаной с маслом Чай. Фрукты	Салат морковный Азу по-татарски Хлеб пшеничный, ржаной с маслом Компот из сухофруктов Фрукты	Салат из свежей капусты с морковью Говядина в луковом соусе/ Макароны Хлеб пшеничный с маслом Чай с молоком Фрукты	Салат свекольный с луком и чесноком Котлета Картофельное пюре Хлеб пшеничный с маслом Компот Фрукты	Салат из капусты и свежих огурцов Домашнее жаркое Хлеб пшеничный, ржаной с маслом Какао на молоке Фрукты	Салат овощной (картофель, свекла, морковь, капуста) Бефстроганов Рис припущенный Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом Чай Фрукты	Салат свекольно морковный. Отварное мясо. Макароны Хлеб пшеничный с маслом Чай с молоком. Фрукты
<i>II ужин</i>	Выпечка Йогурт питьевой	Выпечка Катык	Выпечка Ряженка	Выпечка Снежок	Печенье Йогурт питьевой	Вафли Ряженка	Выпечка Катык