








Согласовано: Директор ТОО "ISA FOOD"
Бектенов А.Ж.



Утверждаю: Директор Флиппал "Международная школа"
г. Астана АОО «НИШ» Бектенов А.Ж.

МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ
(Зима-Весна)

	ЗАВТРАК	II-ЗАВТРАК	ОБЕД	ВИТАМИННЫЙ ПОЛДНИК	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК
Понедельник	<ul style="list-style-type: none"> *Каша пшеничная *Борек с творогом *Варенье *Сливочное масло *Чай с молоком/вода *Хлеб пшен/ ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Кефир 2,5% 	<ul style="list-style-type: none"> *Салат из цветной капусты и моркови *Крем - суп из чечевицы *Запеченная куриное филе в духовке *Булгур *Соус домашний томатный *Компот из сухофруктов/вода *Хлеб пшеничн/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Банан 	<ul style="list-style-type: none"> *Суп с фрикадельками *Пицца *Каркаде
Вторник	<ul style="list-style-type: none"> *Каша 5-злаков *Круассаны *Варенье *Сливочное масло *Какао с молоком/вода *Хлеб пшен/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Ряженка 2,5% 	<ul style="list-style-type: none"> *Салат «Цезарь» * Борщ с мясом * Гуляш с мясом * Гречка * Компот из фруктов/вода * Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Яблоко 	<ul style="list-style-type: none"> *Жаркое с курицей *Салат«Свежий»(б/капуста, огурцы, кукуруза) *Чай с лимоном
Среда	<ul style="list-style-type: none"> *Каша рисовая со смородиной *Творожная запеканка *Сыр *Сливочное масло *Чай/вода *Хлеб пшен/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Натуральный йогурт 	<ul style="list-style-type: none"> *Нарезка из свежих огурцов *Кукуруза *Суп из брокколи *Лагман *Отвар шиповника/ вода *Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Мандарин 	<ul style="list-style-type: none"> *Мясные тефтели *Тушеные овощи *Рогалик *Компот из сухофруктов
Четверг	<ul style="list-style-type: none"> *Каша овсяная *Омлет на пару *Варенье *Сливочное масло *Чай с лимоном/вода *Хлеб пшен/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Молоко кипяченое 3,2% 	<ul style="list-style-type: none"> * Салат «Винегрет» *Нарезка из моркови *Лапша по-домашнему с курицей *Рыбная котлета из судака *Рис *Соус сливочный *Компот из ягод/вода *Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Яблоко 	<ul style="list-style-type: none"> *Запеченное куриное бедро *Картофельное пюре *Овсяное печенье *Отвар шиповника
Пятница	<ul style="list-style-type: none"> *Каша пшеничная *Панкейки *Сгущенка *Сливочное масло * Чай витаминный / вода *Хлеб пшен/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *«Токтамыш» 2,5% 	<ul style="list-style-type: none"> *Салат «Витаминка» (б/коч капуста, морковь, сладкий перец) * Сорпа с мясом *Бефстроганов из говядины *Гречка *Каркаде/вода *Хлеб пшеничичный/ ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Фруктовый салат 	<ul style="list-style-type: none"> *Стейк из индейки с помидорами и сыром *Рожки *Нарезка из огурцов *Чай с лимоном



Сот. дасовано: Директор "ТОО" "ISA FOOD"
Никитин А.Ж.



Утверждаю: Директор Филиала «Международной школы
города АСТАНА» Никитин А.Ж.



МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ (Зима-Весна)

	ЗАВТРАК	II ЗАВТРАК	ОБЕД	ВИТАМИН НЫЙ ПОЛДНИК	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК
ПОНЕДЕЛЬНИК	<ul style="list-style-type: none"> * Каша рисовая * Отварное яйцо * Варенье * Сливочное масло * Чай с молоком * Хлеб пшенич/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Фруктовый йогурт 	<ul style="list-style-type: none"> *Салат морковный * Нарезка из огурцов * Борщ с мясом * Запеченное куриное филе * Спагетти * Соус домашний томатный * Каркаде/вода * Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Банан 	<ul style="list-style-type: none"> * Мясные шарики * Картофельное пюре *Капкейк * Компот из ягод (со смородиной)
ВТОРНИК	<ul style="list-style-type: none"> * Каша 7-злаков * Сыр * Варенье * Сливочное масло * Какао с молоком/вода Хлеб пшенич/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *«Токтамыш» 2,5% 	<ul style="list-style-type: none"> * Отварная цветная капуста с зеленью и оливковым маслом * Кукуруза *Рассольник на костном бульоне *Индейка с овощами *Рис * Компот из сухофруктов /вода * Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Яблоко 	<ul style="list-style-type: none"> *Пельмени с мясом * Нарезка из моркови *Чай витаминный
СРЕДА	<ul style="list-style-type: none"> * Каша пшеничная с тыквой * Творожный пирог * Варенье * Сливочное масло * Фруктовый чай / вода * Хлеб пшенич/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Кефир2,5% 	<ul style="list-style-type: none"> * Салат «Коул слоу» (краснокочан. капуста, морковь кукуруза, чеснок, раст.масло) * Нарезка из огурцов * Лапша по- домашнему с курицей *Гуляш с овощами *Гречка * Компот из фруктов/ вода *Хлеб пшенич/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Груша 	<ul style="list-style-type: none"> * Запеченное куриное филе сливочном соусе *Булгур *Пекинская капуста * Кукуруза * Чай фруктовый
ЧЕТВЕРТ	<ul style="list-style-type: none"> * Каша кукурузная * Борек с картошкой * Варенье * Сливочное масло * Чай витаминный/вода * Хлеб пшенич/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Молоко кипяченое 3,2% 	<ul style="list-style-type: none"> * Салат из помидоров и листьев салата с оливковым маслом * Чечевичный крем-суп *Запеченные рыбные котлеты из судака * Измир кофте *Картофельное пюре *Отвар шиповника/вода *Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Мандарин 	<ul style="list-style-type: none"> * Бефстроганов с мясом *Макароны *Нарезка из свежих огурцов * Чай с лимоном
ПЯТНИЦА	<ul style="list-style-type: none"> * Каша ячневая * Панкейки * Сгущенка * Сливочное масло * Сыр * Чай / вода *Хлеб пшенич/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> * Биойогурт 	<ul style="list-style-type: none"> * Салат «Свежий» (б/капусты и огурцов с зеленью) * Суп с овощами и мясом * Плов из говядины * Компот из ягод/вода * Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Фруктовый салат 	<ul style="list-style-type: none"> *Куриные биточки в сливочном соусе * Гречка *Нарезка из моркови * Компот из фруктов








Согласовано: Директор ТОО "ISA FOOD"
Накмет А.Ж.



МЕНЮ 3 НЕДЕЛЯ
(Зима-Весна)



Утверждаю: Директор Института «Международная школа»
г. Астана АОО «НИЦ» Булатов А.Ж.

	ЗАВТРАК	II-ЗАВТРАК	ОБЕД	ВИТАМИН НЫЙ ПОЛДНИК	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК
ПОНЕДЕЛЬНИК	<ul style="list-style-type: none"> * Каша пшеничная * Борек с картошкой * Варенье * Сливочное масло * Чай/вода * Хлеб пшен/ ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> * Биоiogурт 	<ul style="list-style-type: none"> * Свекла с чесноком * Уха из семги * Запеченное куриное филе в духовке * Гречка * Домашний томатный соус * Компот из ягод/вода *Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> * Банан 	<ul style="list-style-type: none"> * Суп с фрикадельками * Пицца * Каркаде
ВТОРНИК	<ul style="list-style-type: none"> * Каша 5-злаков * Горячий бутерброд с яйцом и сыром (багет) * Варенье * Сливочное масло * Чай с лимоном/вода *Хлеб пшен/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Кефир «Токтамыш» 2,5% 	<ul style="list-style-type: none"> *Салат «Цезарь» со сметанной заправкой * Суп гороховый с курицей * Тепси кебаб (котл.говяжьи) * Рис * Соус домашний томатный * Каркаде /вода *Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> * Мандарин 	<ul style="list-style-type: none"> * Куриные биточки в сливочном соусе *Макароны фарфале *Запеченные брокколи *Чай фруктовый
СРЕДА	<ul style="list-style-type: none"> * Каша гречневая * Творожный пирог *Сыр * Сливочное масло * Какао с молоком/вода *Хлеб пшен/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> * Снежок 1,5% 	<ul style="list-style-type: none"> * Нарезка из свежих овощей (огурцы, морковь, лист салата) * Суп овощной с курицей * Лагман со спагетти * Компот из сухофруктов/ вода *Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Фруктовый салат 	<ul style="list-style-type: none"> * Запеченное куриное филе с помидорами и сыром * Булгур * Нарезка звездочками из сладкого перца и огурца * Чай с лимоном
ЧЕТВЕРГ	<ul style="list-style-type: none"> * Каша овсяная * Омлет * Варенье * Сливочное масло * Чай с фруктовый/вода *Хлеб пшен/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> * Кефир 2,5% 	<ul style="list-style-type: none"> * Отварная брокколи * Нарезка из моркови * Борщ с мясом * Запеченная рыбная котлета из судака * Картофельное пюре * Соус сливочный * Компот из фруктов/вода *Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> * Груша 	<ul style="list-style-type: none"> * Бефстроганов из говядины *Рис * Овсяное печенье * Чай витаминный
ПЯТНИЦА	<ul style="list-style-type: none"> * Каша ячневая * Панкейки * Сгущенка * Сливочное масло * Сыр * Чай витаминный / вода *Хлеб пшеничн/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Живой йогурт1,5% 	<ul style="list-style-type: none"> * Салат «Мозайка» (б/капуста, морковь, зеленый горошек) * Сорпа с овощами * Бешбармак * Отвар шиповника/вода *Хлеб пшеничный/ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> * Яблоко 	<ul style="list-style-type: none"> * Стейк из курицы * Гречка * Соус домашний * Чай с лимоном * Огурцы (нарезка)







Согласовано: Директор ООО "ISA FOOD"
Исмайл А.Ж.



Утверждаю: Директор Филиала «Мектеп-ауыл мектепін»
города АСТАНА Будатова А.Ж.

МЕНЮ 4 НЕДЕЛЯ
(Зима-Весна)

	ЗАВТРАК	II ЗАВТРАК	ОБЕД	ВИТАМИН НЫЙ ПОЛДНИК	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК
ПОНЕДЕЛЬНИК	<ul style="list-style-type: none"> * Каша пшеничная * Отварное яйцо * Варенье * Сливочное масло * Какао с молоком/вода * Хлеб пшеничный /ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Натуральный йогурт 	<ul style="list-style-type: none"> * Салат из цветной капусты с помидорами * Суп машевый с курицей * Котлеты из говядины * Тушеные овощи * Рис * Отвар шиповника/вода * Хлеб пшеничный/ ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Банан 	<ul style="list-style-type: none"> * Спагетти с курицей со сливочным соусом * Чай фруктовый
ВТОРНИК	<ul style="list-style-type: none"> * Каша гречневая * Сыр * Варенье * Сливочное масло * Чай витаминный/вода * Хлеб пшеничный /ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> * Молоко кипяченое 3,2% 	<ul style="list-style-type: none"> *Салат «Витаминный» * Рассольник с мясом * Бефстроганов из говядины * Овощное пюре (картофель) * Компот из ягод/вода * Хлеб пшеничный/ ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Яблоко 	<ul style="list-style-type: none"> *Индеекка в томатном соусе с белой фасолью *Булгур *Слойка с яблоком *Чай с лимоном
СРЕДА	<ul style="list-style-type: none"> * Каша геркулесовая * Рогалик с джемом * Сыр * Сливочное масло * Чай/вода * Хлеб пшеничный /ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Кефир 2,5% 	<ul style="list-style-type: none"> * Салат «Винегрет» *Отварная брокколи *Лапша по-домашнему * Куриная грудка запеченная * Гречка * Домашний томатный соус * Каркаде/ вода * Хлеб пшеничный/ ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Мандарин 	<ul style="list-style-type: none"> * Люля кебаб из говядины в лаваше * Морковный салат * Овсяное печенье * Отвар шиповника
ЧЕТВЕРГ	<ul style="list-style-type: none"> * Каша кукурузная * Омлет * Варенье * Сливочное масло * Чай витаминный/вода * Хлеб пшеничный /ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Снежок 1,5% 	<ul style="list-style-type: none"> * Салат «Свежий» * Свекольник с мясом * Запеченное филе из семги * Рис * Соус сливочный * Компот из сухофруктов/вода * Хлеб пшеничный/ ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> * Груша 	<ul style="list-style-type: none"> * Лагман со спагетти * Крекеры * Сок натуральный
ПЯТНИЦА	<ul style="list-style-type: none"> * Каша 5 злаков * Творожная запеканка со смородиной * Варенье * Сливочное масло * Чай фруктовый / вода * Хлеб пшеничный /ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *«Токтамьш» 2,5% 	<ul style="list-style-type: none"> * Салат «Коул слоу» (к/кочанная капуста, морковь, чеснок, р.масло) * Нарезка из огурцов * Овощной суп с мясом * Манты с мясом * Компот из фруктов/вода * Хлеб пшеничный/ ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> *Фруктовый салат 	<ul style="list-style-type: none"> * Куриные биточки в сливочном соусе *Картофельное пюре *Нарезка из огурцов *Чай витаминный