



Р.О.О

«Утверждаю»

Директор КГУ «Специальная школа-интернат №4»

Солтабасв А.Б.

**Перспективное меню на зимний-весенний период на 14 дней
по КГУ «Специальная школа-интернат №4»
на 2021-2022 учебный год.**

1 день	Меню	Выход блюда		
		3-7лет	С 7-11лет	С11-18лет
Завтрак	Каша манная молочная сладкая со сливочным маслом	200,0	200,0	250,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Сыр	30,0	36,0	36,0
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
1 Полдник	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Суп «Ессентуки» со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Гуляш	80,0	100,0	100,0
	гарнир перловка	120,0	150,0	150,0
	Салат из лука на р/м	80,0	100,0	120,0
	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2 Полдник	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Рыбно – картофельная запеканка	145/200	260/250	260/250,0
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Колбаса в тесте	20/60,0	60/75,0	60/75,0

2 день	Меню	Выход блюд		
		С3-7лет	С7-11лет	С11-18лет
Завтрак	Каша молочная геркулесовая сладкая со сливочным маслом.	200	200	250,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Яйцо отварное	1шт	1шт.	1шт.
Полдн к	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Щи на к/б со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Плов с мясом	200,0	250,0	250,0
	Салат из моркови с чесноком	80,0	100,0	130,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2полд.	Кефир	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Колбаса отварная с подливом	30/	75/	75/
	Гарнир: пшено	200,0	250,0	250,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10,0	100/15,0	100/15
	Чай сладкий с молоком	200,0	200,0	200,0

3 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	С7-11лет	С11-18лет
Завтрак	Каша пшеничная молочная сладкая со сливочным маслом.	200,0	200,0	250,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Яйцо отварное	1шт	1шт.	1шт
Полдник	Фрукты	260,0	250,0	250,0
	Сок	200,0	200,0	200,0
Обед	Борщ на к/б со сметаной.	200,0	250,0	300,0
	Котлеты рыбные	145/80/	260/100/	260/120/
	Гарнир рожки	120	130	150
	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
	Салат «Летний» на р /м	80,0	100,0	150,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2полд.	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Жаркое с мясом	75/200,0	80/250,0	80/300,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Запеканка творожная	200,0	280,0	280,0
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0

4 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	С7-11лет	С 11-18лет
Завтрак	Каша смешанная (пшенично - ячневая)	200,0	250,0	300,0
	молочная сладкая со сл. маслом			
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Сыр	30,0	36,0	36,0
Полд ник	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Сок	200,0	200,0	200,0
Обед	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
	Рассольник с курицей, со сметаной	75/200,0	90/250,0	90/300,0
	Ленивые голубцы с мясом	200,0	250,0	250,0
	Салат «Ассорти»	80,0	100,0	150,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
2полд.	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Ужин	Лапша домашняя молочная сладкая со сливочным маслом	200,0	200,0	300,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Чай с молоком	200,0	200,0	200,0
	Колбаса в тесте	20/50,0	50/70,0	50/70,0

5 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	С7-11лет	С 11-18лет
Завтрак	Каша ячневая молочная сладкая со сливочным маслом	200,0	250,0	300,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Яйцо отварное	1шт	1шт	1шт
Полдник	Сок	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Обед	Суп «Овощной» с мясом, со сметаной	95/200,0	100/250,0	100/300,0
	Бифштекс рыбный с соусом	145/80,0	260/100,0	260/120,0
	Гарнир: пшеничная крупа	120,0	150,0	150,0
	Салат из капусты с моркови	80,0	100,0	130,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
полдник	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Ужин	Гречка с молоком	200,0	250,0	250,0
	Хлеб пшеничный	50/10	100/15	100/15
	со сливочным маслом	10/150,0	10/210,0	10/210,0
	Творожные тарталетки с сахаром	200,0	200,0	200,0
	Чай с сахаром			

6 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	С7-11лет	С 11-18л
Завтрак	Каша молочная пшеничная сладкая	200,0	250,0	300,0
	со сливочным маслом			
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	яйцо отварное	1шт	1шт	1шт
Полдник	Фрукты Сок	230,0	220,0	220,0
Обед	Свекольник на к/б со сметаной	95/200,0	100/250,0	100/300,0
	Зразы мясные с яйцом в соусе	80,0	100,0	
	Гарнир: перловая крупа	120,0	150,0	120,0
	Салат из маринованных огурцов с луком	80,0	100,0	150,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	130,0
	Кисель	200,0	200,0	150,0
				200,0
полдник	Кефир	200,0	200,0	200,0
	Пирог фруктовый с сахаром	30/60,0	30/70,0	30/70,0
Ужин	Курица с рисом	75/200,0	90/250,0	90/250,0
	Хлеб пшеничный			
	со сливочным маслом	50/10	100/15	100/15
	Чай с сахаром			200,0
	Кондитерские изделия	200,0	200,0	

7день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	С7-11лет	С 11-18лет
Завтрак	Каша молочная манная сладкая	200,0	250,0	300,0
	со сливочным маслом			
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	сыр	30,0	36,0	36,0
Полдник	Сок	200,0	200,0	200,0
	фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Суп гороховый на к/б	200,0	250,0	300,0
	со сметаной			
	Гуляш	80,0	100,0	120,0
	Гарнир: Картофельное пюре	120,0	150,0	150,0
	Салат из свежей капусты с луком	80,0	100,0	130,0
	Хлеб ржаной	30,0	100,0	100,0
	Компот из с/ф	200,0	200,0	200,0
полдник	Молоко	200,0	200,0	200,0
	кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Рожки с колбасой	20/200,0	50/250,0	50/250,0
	Хлеб пшеничный			
	со сливочным маслом	50/10	100/15	100/15
	чай с сахаром	200,0	200,0	200,0

8день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	7-11лет	11-18лет
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200,0	200,0	250,0
	сладкая со сливочным маслом			
	Хлеб пшеничный	50/10	100/15	100/15
	со сливочным маслом			
Полдник	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Яйцо отварное	1шт	1 шт.	1 шт.
	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
2 полд.	Суп перловый на костном	200,0	250,0	300,0
	бульоне со сметаной			
	Шницель мясной с соусом	80/	100	120
	гарнир: рожки	120,0	/150	/150
	Салат из свеклы с чесноком			
	на р/м	80,0	100,0	130,0
Ужин	Кисель	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Картофельное пюре с рыбой			
	духовой	115/200,0	240/250,0	240/250,0
	Хлеб пшеничный			
	со сливочным маслом	50/10	100/15	100/15
	Ватрушки с морковкой	60,0	70,0	70,0
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0

9 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	7-11лет	11-18лет
Завтрак	Каша пшеничная	200,0	200,0	250,0
	молочная сладкая со			
	сливочным маслом			
	Хлеб пшеничный	50/10	100/15	100/15
	со сливочным маслом			
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	печенье	0,25	0,25	0,25
По л д н и	Сок	200,0	200,0	200,0
	яблоки	260,0	250,0	250,0
Обед	Суп вермишелевый	200,0	250,0	300,0
	на к/б со сметаной			
	Овощной рагу с мясом	200,0	250,0	250,0
	Салат из свежей моркови			
	с луком на р /м	80,0	100,0	150,0
	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Кефир	200,0	200,0	200,0
	Творожные тарталетки	100,0	140,0	140,0
ужин	Плов из курицы	75/200	90/250,0	90/250,0
	Хлеб пшеничный со	50/100	100/15	100/15
	сливочным маслом			
	Чай с сахаром	100,0	200,0	200,0

10 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	С7-11лет	С11-18лет
Завтрак	Каша молочная манная	200,0	200,0	250,0
	сладкая с маслом			
	Хлеб пшеничный			
	со сливочным	50/10	100/15	100/15
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Сыр	30,0	36,0	36,0
1 Полдник	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Суп пшеничный	200,0	250,0	300,0
	на к/б, со сметаной.			
	Биточки рыбные			
	гарнир гречка	145/ 80	260/100	260/120
	Салат «Радуга»	120	150,0	150,0
	Кисель	80,0	100,0	120,0
	Хлеб ржаной	200,0	200,0	200,0
		60,0	150,0	150,0
2 Полдник	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Ужин	Бигус с мясом	200,0	250,0	300,0
	Хлеб пшеничный			
	с маслом	50/10	100/15	100/15
	Булочка сдобная	60,0	60,0	60,0
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0

11 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	С7-11лет	С11-18лет
Завтрак	Каша пшеничная	200,0	200,0	250,0
	молочная сладкая со сливочным маслом			
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	50/10,0	100/15	100/15
	Какао с сахаром	200,0	200,0	200,0
Полдник	Яйцо отварное	1 шт	1шт	1шт
	Сок	200,0	200,0	200,0
	Суп крестьянский на к/б со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Рожки с мясом	200,0	250,0	250,0
Обед	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Салат из свеклы на р/м			
	Компот из сухофруктов	80,0	100,0	130,0
		200,0	200,0	200,0
полдник	Молоко	200,0	200,0	200,0
	печенье	25,0	25,0	25,0
Ужин	Картофельное пюре с курицей	50/200,0	60/ 250,0	60/ 300,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10,0	100/15	100/15
	Чай сладкий	200,0	200,0	200,0

12 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	7-11лет	11-18лет
Завтрак	Каша пшеничная	200,0	250,0	300,0
	молочная сладкая со сливочным маслом			
	Хлеб пшеничный	50/10,0	100/15	100/15
	со сливочным маслом			
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
1 Полдник	Сыр	20,0	24,0	24,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Суп «Харчо» на к/б со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Тефтели с мясом с рис в соусе	200,0	250,0	250,0
	Салат «Осенний»	80,0	100,0	120,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2 полдник	Сок	200,0	200,0	200,0
	Творожный пуддинг	100/50,0	140/50,0	140/50,0
Ужин	Пюре картофельное с колбасой.	30/200,0	50/250,0	50/300,0
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	30/10,0	70/15	70/15
	Чай сладкий	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0

13 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	7-11лет	11-18лет
Завтрак	Каша манная молочная	200,0	250,0	300,0
	сладкая с маслом			
	Хлеб пшеничный	50/10,0	100/15	100/15
	со сливочным маслом			
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
1 Полдник	Яйцо отварное	1шт	1шт	1шт
	Сок	200,0	200	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Рассольник на к/б со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Рыбно-рисовая запеканка	200/145	200/260,0	270/260,0
	Салат «Винегрет»	80,0	100,0	120,0
	Компот из сухофруктов			
	Хлеб ржаной	200,0	200,0	200,0
2 Полдник		60,0	150,0	150,0
	Кефир	200,0	200	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Ужин	Сырне с мясом	200,0	250,0	300,0
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	50/10,0	100/15	100/15
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0
	Соски в тесте	20/60	50/60	50/60

14 день	Меню	Выход блюд		
		3-7 лет	7-11лет	11-18 лет
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	200,0	250,0	250,0
	сладкая с маслом			
	Хлеб пшеничный	50/10,0	100/15	100/15
	со сливочным маслом			
1 Полдник	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Яйцо отварное	1шт	1шт	1шт
	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Обед	Лапша на к/б со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Азу по татарский с мясом	200,0	250,0	250,0
	Салат «Радуга» на р/м	80,0	100,0	100,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
2 Полдник	Фрукты	260,0	250,0	250,0
	Сок	200,0	200,0	200,0
Ужин	Гречка с курицей	75/200,0	90/250,0	90/300,0
	Хлеб пшеничный	50/10	100/15	100/15
	со сливочным маслом			
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0
	Тарталетки творожные	150,0	210,0	210,0