



Перспективное меню на зимний-весенний период на 14 дней
По КГУ «Специальная школа – интернат №4»
На 2022-2023 учебный год

		Выход блюда		
1 день	Меню	3-7лет	С 7-11лет	С11-18лет
Завтрак	Каша манная молочная сладкая	200,0	200	250
	со сливочным маслом			
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Сыр	40,0	44,0	44,0
	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» на к/б со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Гуляш мясной	80,0	100,0	120,0
	гарнир перловка	120,0	150,0	150,0
	Салат из лука на р/м	80,0	100,0	130,0
	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2 пол -к	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Ужин	Рыбно – картофельная запеканка	145/200	275/250	275/250,0
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15
	Колбаса в тесте	60/20,0	70/75,0	70/75,0

2 день	Меню	Выход блюд		
		С3-7лет	С7-11лет	С11-18лет
Завтрак	Каша молочная геркулесовая 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.
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 на р/м	80,0	100,0	130,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2полд. д.	Кефир	210,0	210,0	210,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Ужин	Колбаса отварная с подливом	30,0	75,0	75,0
	Гарнир: макаронные изделие	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
Полд ник	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Борщ на к/б со сметаной.	200,0	250,0	300,0
	Котлеты рыбные с соусом	145/80	260/100	260/120
	Гарнир макаронные изделие	120,0	130,0	150,0
	Компот из с/ф	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
2пол д.д.	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Ужин	Жаркое с мясом	200,0	250,0	300,0
	Запеканка творожная	200,0	200,0	200,0
	Чай с сахаром	120,0	120,0	120,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	100/15	100/15

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
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
Полдник	Сок	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Обед	Рассольник с курицей, со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Ленивые голубцы с мясом	200,0	250,0	250,0
	Салат «Ассорти» на р/м	80,0	130,0	130,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
полдник	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	20/60,0	50/60,0	50/60,0

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	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
	Сок	200,0	200,0	200,0
Обед	Суп «Овощной» с мясом , со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Бифштекс рыбный с соусом	145/80,0	260/100,0	260/100
	Гарнир: горох.круп	120,0	150,0	150,0
	Салат из капусты с морковкой на р/м	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	230,0	220,0	220,0
Ужин	Гречка с молоком	200,0	250,0	250,0
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	50/10	100/15	100/15
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0
	Пирог фруктовый с сахаром	30/60	30/60	30/60

6 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	С7-11лет	С 11-18лет
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
Полдник	Яйцо отварное	1шт	1шт	1шт
	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
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	120,0
	Гарнир: перловая крупа	120,0	150,0	150,0
	Салат из маринованных огурцов с			
	луком на р/м	80,0	100,0	130,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
полдн ик	Кефир	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Курица 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	200,0	200,0
	Творожные тарталетки	150,0	210,0	210,0

7 день	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 на р/м	80,0	100,0	130,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Компот из с/ф	200,0	200,0	200,0
полдник	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Ужин	Макаронные изделие 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

8 день	Меню	Выход блюд		
		3-7 лет	7-11 лет	11-18 лет
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			
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
Полд.	Яйцо отварное	1 шт	1 шт	1 шт
	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	360,0	312,0	312,0
	Суп перловый на к/бсо сметаной	200,0	250,0	300,0
	Шницель мясной с соусом	80,0	100,0	120,0
	гарнир: макаронные изделия	120,0	150,0	150,0
	Салат из свеклы с чесноком на р/м	80,0	100,0	130,0
	кисель	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2 полд.	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
	Пирожки с капустой	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 ячневая молочная	200,0	200,0	250,0
	сладкая со сливочным маслом			
	Хлеб пшеничный	50/10	100/15	100/15
	со сливочным маслом			
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
По л д н и	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
	Сок	200,0	200,0	200,0
Обед	Фрукты	260,0	250,0	250,0
	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 моркови с луком			
	на р /м	80,0	100,0	130,0
	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
2полд.	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Кефир	200,0	200,0	200,0
	Творожные тарталетки	100,0	1400,0	140,0
ужин	Плов из курицы	75/200	90/250,0	90/250,0
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	50/100	100/15	100/15
	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	250,0	300,0
	сладкая с маслом			
	Хлеб пшеничный	50/10	100/15	100/15
	со сливочным			
	Сыр	30,0	36,0	36,0
Полдник	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
	Суп пшеничный	200,0	250,0	300,0
	на к/б, со сметаной.			
Обед	Биточки рыбные	145/ 80	260/100	260/120
	гарнир: гречка	120	150,0	150,0
	Салат «Радуга» на р/м	80,0	100,0	130,0
	кисель	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	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	70,0	70,0
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0

11 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 со сливочным маслом Какао с сахаром Яйцо отварное	50/10,0 200,0 1 шт	100/15 200,0 1 шт	100/15 200,0 1 шт
Полдн к	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Суп крестьянский на к/б со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Макаронные изделие с мясом	200,0	250,0	250,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Салат из свеклы и лука на р/м	80,0	100,0	130,0
Компот из сухофруктов		200,0	200,0	200,0
Молоко		200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	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			
Полдник	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Сыр	20,0	24,0	24,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Суп «Харчо» на к/б	200,0	250,0	300,0
	со сметаной			
	Тефтели с мясом в			
	соусе	200,0	250,0	250,0
	Салат «Осенний»			
2 полдник	Кисель	80,0	100,0	130,0
	Хлеб ржаной	200,0	200,0	200,0
		60,0	150,0	150,0
	Сок	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изд	25,0	25,0	25,0
Ужин	Пюре картофельное с	30/200,0	50/250,0	50/300,0
	колбасой.			
	Хлеб пшеничный со	30/10,0	70/15	
	сливочным маслом			70/15
	Чай сладкий	200,0	200,0	200,0
	Творожный пудинг	100/50	140/50	140/50

13 день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	7-11лет	11-18лет
Завтрак	Каша манная молочная сладкая с маслом	200,0	250,0	300,0
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	50/10,0	100/15	100/15
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Яйцо отварное	1шт	1шт	1шт
Полдник	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	250/260,0
	Салат «Винегрет» на р/м	80,0	100,0	130,0
	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2пол дник	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
	Сосиски в тесте	60/20	70/50	70/50

14 день	Меню	Выход блюд		
		3-7 лет	7-11 лет	11-18 лет
	Каша молочная геркулесовая сладкая с маслом Хлеб пшеничный со сливочным маслом Какао с молоком Яйцо отварное	200,0 50/10,0 200,0 1шт	250,0 100/15 200,0 1шт	250,0 100/15 200,0 1шт
полд ник	Молоко Кондитерские изделие	200,0 25,0	200,0 25,0	200,0 25,0
Обед	Лапша на к/б со сметаной Азу по татарский с мясом Салат «Радуга» на р/м Хлеб ржаной Кисель	200,0 200,0 80,0 60,0 200,0	250,0 250,0 100,0 150,0 200,0	300,0 250,0 130,0 150,0 200,0
2полдни к	Фрукты Сок	260,0 200,0	250,0 200,0	250,0 200,0
Ужин	Макаронные изделие с курицей Хлеб пшеничный со сливочным маслом чай с сахаром Тарталетки творожные	75/200,0 50/10 200,0 150,0	90/250,0 100/15 200,0 210,0	90/300,0 100/15 200,0 210,0