



 «Утверждаю»

 КГУ «Специальная школа-интернат №4»

 Солтабаев А.Б.

Перспективное меню на летний - осенний период на 14 дней
 по КГУ «Специальная школа-интернат №4»
 на 2023-2024 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			
	Бутерброд 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» 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 свежих огурцов 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 полдник	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	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	60/20,0	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.	200,0	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.
1 полдник	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 и свежих помидоров 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 полдник	Кефир	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Колбаса отварная с подливом	30,0	75,0	75,0
	Гарнир: макаронные изделия	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

Здень	Меню	Выход блюд		
		С3-7лет	С7-11лет	С11-18лет
Завтрак	Каша молочная рисовая 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
		1шт	1шт.	1шт.
Полдн к	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	145/80	260/100	260/10
	Гарнир: Макароны изделие	120,0	130,0	150,0
	Салат «Летний» с чесноком на р/м	80,0	100,0	130,0
	Компот из с/ф	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2полд. д.	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Жаркое с мясом	65/200,0	70/250,0	70/300,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10,0	100/15,0	100/15
	Запеканка творожная	200,0	280,0	280,0
	Чай сладкий с молоком	200,0	200,0	200,0

4 день	Меню	Выход блюд		
		С3-7лет	С7-11лет	С11-18лет
Завтрак	Каша молочная смешанная (пшенично –ячневая) сладкая со сливочным маслом.	200,0	200,0	250,0
	Бутерброд с маслом	50/10	100/15	100/15
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Сыр	30,0	36,0	36,0
Полдн к	Сок	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Обед	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» 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. д.	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Ужин	Лапша домашняя молочная сладкая со сливочным маслом	200,0	250,0	300,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10,0	100/15,0	100/15
	Колбаса в тесте	20/50	50/70	50/70
	Чай сладкий с молоком	200,0	200,0	200,0

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
1 Полдник	Фрукты	260,0	250,0	250,0
	Сок	200,0	200,0	200,0
Обед	Суп «Овощной» к/б , со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Бифштекс рыбный с соусом	145,0/80,0	260,0/100,0	260,0/100
	Гарнир: макарон изделие	120,0	120,0	120,0
	Салат «весна» 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
2 полдник	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Ужин	Гречка с мясом	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
	Творожные тарталетки	150,0	210,0	210,0

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
	Яйцо отварное	1шт	1шт	1шт
1 Полдник	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: горошница	120,0	150,0	150,0
	Салат «Цезарь» на р/м	80,0	100,0	130,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
2 полдник	Кефир	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
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	200,0	200,0
	Пирог фруктовый с сахаром	30/60	30/70	30/70

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
1	Сок	200,0	200,0	200,0
Полдник	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
	Картофельное пюре	120,0	150,0	150,0
	Салат «Радуга» 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
2	Молоко	200,0	200,0	200,0
полдник	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Макаронные изделия 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			
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
2 Полдник	Яйцо отварное	1шт	1шт	1шт
	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
	Суп перловый на костном	200,0	250,0	300,0
	бульоне со сметаной			
	Шницель мясной с соусом	80,0	100,0	120,0
	гарнир: гречка	120,0	150,0	150,0
	Салат «Греческий салат»			
	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	Картофельное пюре с рыбой			
	духовой	200,0/115,0	250,0/240,0	250,0/240,0
	Хлеб пшеничный			
	со сливочным маслом	50/10	100/15	100/15
	Пирожки с капустой	70,0	70,0	70,0
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0

9 день	Меню	Выход блюд		
		3-7 лет	7-11 лет	11-18 лет
Завтрак	Каша ячневая молочная сладкая со сливочным маслом	200,0	200,0	250,0
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	50/10	100/15	100/15
	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 вермишелевый на к/б со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Овощной рагу с мясом	200,0	250,0	250,0
	Салат «Фантазия» 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
2 полдник	Кефир	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
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	200,0	200,0	200,0
	Творожные тарталетки	100,0	140,0	140,0

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			
	со сливочным	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 пшеничный	200,0	250,0	300,0
	на к/б, со сметаной.			
	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	70,0	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	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
	Яйцо отварное	1 шт	1шт	1шт
1 Полдник	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 свеж. огурцом на р/м	80,0	100,0	130,0
	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
2 полдник	Молоко	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Ужин	Куриный гуляш, гарнир: рис	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			
	Бутерброд с маслом	50/10,0	100/15	100/15
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Сыр	20,0	24,0	24,0
1 Полдник	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Суп «Харчо» на к/б со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Тефтели с мясом в соусе с гречкой	200,0	250,0	250,0
	Салат «Осенний» 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	Сок	200,0	200,0	200,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Пюре картофельное с колбасой.	30/200,0	50/250,0	50/300,0
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	50/10,0	100/15	100/15
	Чай сладкий	200,0	200,0	200,0
	Творожный пудинг	100,0	140,0	140,0

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
1 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
	Рыба запеченная с рисовым гарниром	200/145	200/260,0	250/260,0
	Салат «Осенний» 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	Кефир	200,0	200	200,0
	Кондитерская 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
	Колбаса в тесте	60/20	70/50	70/50

14 день	Меню	Выход блюд		
		3-7 лет	7-11лет	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
1 полдник	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	300,0 250,0 100,0 150,0 200,0
2 полдник	Фрукты Сок	260,0 200,0	250,0 200,0	250,0 200,0
Ужин	Гречка 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