

«Утверждаю»

КГУ «Специальная

школа-интернат №4. Солтабаев А.Б.



Перспективное меню на зимний – весенний период на 14 дней.

По КГУ «Специальная школа – интернат №4»

На 2023-2024 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	250
	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
Полд ник	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 мясной	80,0	100,0	130,0
	гарнир перловка	120,0	150,0	150,0
	Салат из лука на р/м	100,0	100,0	100,0
	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2пол- 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
	Пирожки с капустой	60,0	60,0	60,0

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.	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	100,0	100,0	100,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2полд.	Молоко	140,0	140,0	140,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Ужин	Курица с подливом	45,0	50,0	50,0
	Гарнир: макаронные изделие	200,0	250,0	250,0
	Хлеб пшеничный с маслом	50/10,0	100/15,0	100/15
	Чай сладкий	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
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	100,0	100,0	100,0
	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	280,0	280,0
	Чай с сахаром	200,0	200,0	200,0
	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 -пшенная)	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
Пол дник	Молоко	140,0	140,0	140,0
	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	100,0	100,0	100,0
	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 сладкий	200,0	200,0	200,0
	Пирожки духовые с картошкой	60,0	60,0	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
Полдник	фрукты	260 ,0	250 ,0	250 ,0
	Сок	200,0	200,0	200,0
Обед	Суп «Овощной» на к/б , со сметаной			
	Бифштекс рыбный с соусом	200,0	250,0	300,0
	Гарнир: горох	145/80,0	260/100,0	260/100
	Салат из капусты с морковкой на р/м	120,0	120,0	120,0
	Хлеб ржаной	80,0	100,0	130,0
	Компот из сухофруктов	60,0	150,0	150,0
		200,0	200,0	200,0
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
	Пирог фруктовый с сахаром	155/60	155/60	155/60

б день	Меню	Выход блюд		
		3-7лет	С7-11лет	С 11-18лет
Завтрак	Каша молочная пшеничная 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	1 шт	1 шт	1шт
Полдник	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	100,0	100,0	100,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
полдник	Молоко	140,0	140,0	140,0
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
Ужин	Курица рисом	65/200,0	80/250,0	80/250,0
	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
Полдник	сыр	30,0	36,0	36,0
	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	100,0	100,0	100,0
	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 изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Макаронные изделия 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

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
П о л	Яйцо отварное	1шт	1шт	1шт
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
	Суп перловый на к/б со сметаной	200,0	250,0	300,0
	Шницель мясной с соусом	80,0	100,0	120,0
	гарнир: макаронные изделие	120,0	150,0	150,0
	Салат из свеклы с чесноком на р/м	100,0	100,0	100,0
	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 изделие	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 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
	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
По л д н и	Сок	200,0	200,0	200,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Суп с макаронными изделиями	200,0	250,0	300,0
	на к/б со сметаной	200,0	250,0	250,0
	Овощной рагу с мясом			
	Салат из моркови с луком	100,0	100,0	100,0
	на р /м	200,0	200,0	200,0
	Компот из сухофруктов	60,0	150,0	150,0
	Хлеб ржаной			
2полд.	Молоко	140,0	140,0	140,0
	Творожные тарталетки	100,0	140,0	140,0
ужин	Плов из курицы	65/200	80/250,0	80/250,0
	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
	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
П ол дн	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	100,0	100,0	100,0
	кисель	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2 полд ник	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 рисовая	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 Яйцо отварное	200,0 1 шт	200,0 1шт	200,0 1шт
Полдн к	Сок	100,0	100,0	100,0
	Фрукты	260,0	250,0	250,0
Обед	Суп крестьянский	200,0	250,0	300,0
	на к/б со сметаной			
	горох с мясом	200,0	250,0	250,0
	Хлеб ржаной			
	Салат из свеклы и лука	100,0	100,0	100,0
	на р/м	80,0	100,0	130,0
полдник	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
	Молоко	200,0	200,0	200,0
Ужин	Кондитерские изделие	25,0	25,0	25,0
	Макаронные изделие с курицей	45/200,0	50/ 250,0	50/ 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
Пол дни	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 гречневые			
	мясные в соусе	200,0	250,0	250,0
	Салат «Осенний» на р/м	100,0	100,0	100,0
	Кисель	200,0	200,0	200,0
2 полдник	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
	Сок	100,0	100,0	100,0
	Кондитерские изделия	25,0	25,0	25,0
Ужин	Пюре картофельное с мясом	200,0	250,0	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	200,0	250,0	300,0
	сладкая			
	с маслом			
	Хлеб пшеничный	50/10,0	100/15	100/15
	со сливочным маслом			
Полдник	Какао с молоком	200,0	200,0	200,0
	Яйцо отварное	1шт	1шт	1шт
	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	100,0	100,0	100,0
	Компот из сухофруктов	200,0	200,0	200,0
	Хлеб ржаной	60,0	150,0	150,0
2пол дник	Молоко	140,0	140,0	140,0
	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
	Пирожки с яблоком	60/30	70/30	70/30

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	200,0 50/10,0 200,0	250,0 100/15 200,0	250,0 100/15 200,0
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	200,0 200,0 100,0 60,0 200,0	250,0 250,0 100,0 150,0 200,0	300,0 250,0 100,0 150,0 200,0
2полдн 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	65/200,0 50/10 200,0 150,0	80/250,0 100/15 200,0 210,0	80/300,0 100/15 200,0 210,0