



Утверждаю

Директор

КГУ «Специальный я/с «Бөбек»

Рекуцкая Т.Н.

Перспективное меню

на 2024 год

Зима-весна

Лето-осень

1-3 недели

Понедельник	Выход	Вторник	Выход	Среда	Выход
I завтрак: 1. Каша молочная манная 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб 5. Чай/какао с сахаром	150/200 7/100 5/5 20/30 150/200	I завтрак: 1. Каша молочная пшеничная 2. Масло сливочное 3. Колбаса или 4. Яйцо отварное 5. Хлеб 6. Чай с молоком сладкий	150/200 5/5 10/20 0,5/0,5 20/30 150/200	I завтрак: 1. Каша молочная кукурузная 2. Масло сливочное 3. Колбаса 4. Хлеб 5. Какао с молоком	150/200 5/5 10/20 20/30 150/200
II завтрак: 1. Сок натуральный Фрукты (яблоко, апельсин, банан)	150/100	II завтрак: 1. Сок натуральный Фрукты (яблоко, апельсин, банан)	150/100	II завтрак: 1. Сок яблочный Фрукты (яблоко, апельсин, банан)	150/100
Обед: 1. Салат из моркови 2. Борщ на костном бульоне 3. Плов 4. Хлеб 5. Компот из сухофруктов	50/60 150/200 200/230 50/70 150/200	Обед: 1. Салат капустный 2. Рассольник на костном бульоне 3. Плов 4. Хлеб 5. Компот из сухофруктов	50/60 150/200 200/230 50/70 150/200	Обед: 1. Салат морковный 2. Суп гороховый на костном бульоне 3. Макароны изделия 4. Гуляш с говядиной 5. Хлеб 6. Компот из сухофруктов	50/60 150/200 120/150 80/100 50/70 150/200
Ужин: 1. Макароны изделия 2. Икра овощная 3. Печенье, вафли 4. Какао с молоком 5. Хлеб	120/150 40/60 10/20 150/200 10/20	Ужин: 1. Гречка молочная 2. Кисель фруктовый 3. Хлеб 4. Булочка домашняя	150/200 150/200 10/20 40/50	Ужин: 1. Сырники творожные (манная запеканка) 2. Молочная сгущенка 3. Чай с сахаром 4. Печенье, вафли 5. Хлеб	120/150 15/25 150/200 10/20 10/20
Четверг	Выход	Пятница	Выход		
I завтрак: 1. Каша молочная геркулесовая 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб 5. Чай с молоком сладкий	150/200 7/10 5/5 20/30 150/200	I завтрак: 1. Каша молочная пшеничная 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб 5. Какао с молоком	150/200 7/10 5/5 20/30 150/200		
II завтрак: 1. Сок яблочный	150/100	II завтрак: 1. Сок натуральный Фрукты (яблоко,	150/100		

Фрукты (яблоко, апельсин, банан)		апельсин, банан)		
Обед:		Обед:		
1.Салат Витаминный	50/60	1.Салат свекольно-морковный	50/60	
2.Свекольник со сметаной на костном бульоне	150/200	2.Суп овощной на костном бульоне	150/200	
3.Жаркое по домашнему	200/230	3.Пигоди	140/180	
4.Хлеб	50/70	4.Хлеб	50/70	
5. Компот из сухофруктов	150/200	5.Компот из сухофруктов	150/200	
Ужин:		Ужин:		
1.Рис отварной	140/200	1.Картофель по деревенски	180/200	
2.Рыбная котлета	60/80	2.Кефир	150/200	
3.Чай с сахаром	150/200	3.Печенье, вафли	10/20	
4. Печенье, вафли	10/20	4.Хлеб	10/20	
5.Хлеб	10/20			

2-4 неделя

Понедельник	Выход	Вторник	Выход	Среда	Выход
I завтрак:		I завтрак:		I завтрак:	
1.Каша молочная ячневая	150/200	1.Каша молочная «Дружба»	150/200	1.Каша молочная кукурузная	150/200
2.Масло сливочное	5/5	2.Масло сливочное	3/5	2. Масло сливочное	3/5
3.Сыр	7/10	4.Хлеб	20/30	3.Хлеб	20/30
4. Хлеб	20/30	5.Какао с молоком	150/200	4.Чай с сахаром	150/200
5.Чай с сахаром	150/200				
II завтрак:		II завтрак:		II завтрак:	
1.Сок натуральный	150/100	1.Сок натуральный	150/100	1.Сок натуральный	150/100
Фрукты (яблоко, апельсин, банан)		Фрукты (яблоко, апельсин, банан)		Фрукты (яблоко, апельсин, банан)	
Обед:		Обед:		Обед:	
1.Салат «Зайчик»	50/60	1.Салат «Зайчик»	50/60	1.Салат из отварной свеклы	50/60
2.Щи (на костном бульоне)	150/200	2.Суп фасолевый (на костном бульоне)	150/200	2.Суп с клецками (на костном бульоне)	150/200
3.Гречка с мясом	200/230	3.Картофельное пюре	120/150	3.Ленивые голубцы	200/230
4.Хлеб	50/70	4.Капуста тушеная	100/150	4.Хлеб	50/70
5.Компот из сухофруктов	150/200	5. Тефтеля с рисом	70/90	5.Компот из сухофруктов	150/200
		6.Хлеб	50/70		
		7..Компот из сухофруктов	150/200		
Ужин:		Ужин:		Ужин:	
1.Овощное рагу	200/230	1.Макароны отварные	120/150	1.Творожно-манная запеканка	120/150
2.Булочка домашняя	40/50	2.Икра овощная	40/60	2.Молочная сгущенка	15/25
3.Кисель	150/200	3.Чай с сахаром	150/200	3.Кисель	150/200
4.Хлеб	10/20	4. Печенье, вафли	10/20	4.Печенье, вафли	10/20
		5.Хлеб		5.Хлеб	10/20

Четверг	Выход	Пятница	Выход
I завтрак: 1. Каша молочная геркулесовая 2. Масло сливочное 3. Сыр 4. Хлеб 5. Чай с сахаром	150/200 5/5 7/10 20/30 150/200	I завтрак: 1. Каша молочная ячневая 2. Масло сливочное 3. Хлеб 4. Чай с молоком, сахаром	150/200 3/5 20/30 150/200
II завтрак 1. Сок натуральный Фрукты (яблоко, апельсин, банан)	150/100	II завтрак: 1. Сок натуральный Фрукты (яблоко, апельсин, банан)	150/100
Обед: 1. Салат свекольно-морковный 2. Суп «харчо» (на костном бульоне) 3. Азу с мясом 5. Хлеб 6. Компот из сухофруктов	50/60 150/200 200/230 50/70 150/200	Обед: 1. Салат капустный 2. Суп полевой (на мясокостном бульоне) 3. Манты 4. Хлеб 5. Компот из сухофруктов	50/60 150/200 140/180 50/70 150/200
Ужин: 1. Макароны отварные 2. Суфле рыбное 3. Соус молочный 4. Какао с молоком 5. Печенье, вафли 4. Хлеб	120/150 80/100 20/40 150/200 10/20 10/20	Ужин: 1. Гречка молочная 2. Кефир 3. Печенье, вафли 4. Хлеб	150/200 150/200 10/20 10/20