

КГУ Специальная школа интернат №8

Управления образования ВКО



Утверждаю директор

Картенова А.М

Перспективное меню (Осень Зима)

Нач 2024 -2025

Утверждаю:

директор

Картенова А.М.



« ____ » _____ 2024 по « ____ » _____ 2025

Меню 1 день

Меню раскладка

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Каша рисовая молочная сладкая		300гр
	1	Молоко	150	
	2	рис	20	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Кофе напиток с молоком сладкий		200гр
	1	Кофейный напиток	4	
	2	Молоко	100	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат винегрет запр растительным маслом		100/3гр
	1	Огурец ква	50	
	2	Лук	20	
	3	Масло растительное	3	
	4	Морковь	30	
	5	Картофель	50	
	6	Зеленый горошек	20	
	7	Свекла	50	
		Суп лапше домашняя со сметаной на костном бульоне		250/300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Лапша	10	
	5	Масло сливочное	10	
	6	Масло растительное	2	
	7	Сметана	10	
	8	Картофель	100	
		Картофельная запеканка с		100/200/20

		мясом		
	1	Мясо	95	
	2	Картофель	300	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	10	
	7	яйцо	1/3	
		Компот		200гр
	1	Компот	25	
	2	Сахар	10	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
	2	Ржаной	50	
Полдник		Пироги сладкие		120гр
	1	Мука	35	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло раст	3	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Повидло	25	
	7	Молоко	50	
		Сок натуральный	100	100гр
Ужин		Куры с гречневым гарниром		250гр
	1	Гречка	40	
	2	Куры	100	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
		Хлеб пшеничный и ржаной сыром		50/50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	1	Хлеб ржаной	50	
	2	Сыр	12	
		Чай сладкий		200гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
Ужин 2		Молоко		200/25
		Молоко	200	
Дополнения				
		Специи ,соль		2/5
	1	специи	2	
	2	Соль	5	

Составила м/с Раимжанова Г.З

Шеф Повар

Лукашенко Н

Меню 2 день

Меню раскладка

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Суп пшенный молочный сладкий		300/50гр
	1	Молоко	150	
	2	Пшено	20	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
	5	Отварное яйцо	1	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Какао с молоком		200гр
	1	какао	2	
	2	Молоко	100	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат редьки заправленный растительным маслом		100/3гр
	1	Редька	60	
	2	Лук	20	
	3	Морковь	30	
	4	Масло раст	3	
		Суп борщ со сметаной на костном бульоне		250/300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Свекла	70	
	5	Капуста	70	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
	9	Картофель	100	
		Рыба с рисовым горниром		100/180/20
	1	Рыба	220	
	2	Рис	40	
	3	Лук	30/30	
	4	Морковь	30/30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	2	
	7	яйцо	1/3	

	8	Томат паста	5	
		Кисель		200гр
	1	Кисель	20	
	2	Сахар	10	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
	2	Ржаной	50	
Полдник		Твороженная запеканка с медом Сок натуральный		250гр
	1	Творог	200	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло растительное	2	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Мед	20	
	7	Сок натуральный	100	
	1			
Ужин		Овощное рагу с мясом		250гр
	1	Картофель	250	
	2	Куры	100	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
	6	Капуста	100	
		Хлеб пшеничный и ржаной		50/50
	1	Хлеб пшеничный	50	
	1	Хлеб ржаной	50	
		Чай сладкий с лимоном		200гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
	3	лимон	20	
Ужин 2	1	Кефир		200
	2	Кефир	200	
	3			
Дополнения		Соль, специи		8/2
	1	Соль	8	
	2	специи	2	

Составила м/с Раимжанова Г.З. 

Повар Лукашенко Н. 

Меню 3 день

Меню раскладка

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Каша полтавская молочная сахаром и маслом		300гр
	1	Молоко	150	
	2	Полтавская	25	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Кофейный напиток с молоком сладкий		200гр
	1	Кофейный напиток	4	
	2	Молоко	110	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат из зеленого горошка с луком заправленный растительным маслом		100/3гр
	1	Зеленый горошек	100	
	2	Лук	20	
	3	Морковь	30	
	4	Масло раст	3	
		Суп щи со сметаной на костном бульоне		300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Капуста	110	
	5	Картофель	100	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
	9			
		Тефтели с подливом		80/180/20
	1	Мясо говядина	95	
	2	Рис	40	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	2	
	7	Яйцо	1/3	

	8	Капуста	150	
		Кисель		200гр
	1	Кисель	20	
	2	Сахар	10	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
Полдник	2	Ржаной	50	
		Шарлотка сок натуральный		150/100/р
	1	Мука	35	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло раст	2	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Кефир	50	
	7	Яблоки	100	
	8	Сок натуральный	100	
Ужин		Куры с картофельным пюре		80/300/20гр
	1	Картофель	300	
	2	куры	9	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
	6	Масло сливочное	4	
		Хлеб пшеничный и ржаной		50/50
	1	Хлеб пшеничный	50	
	1	Хлеб ржаной	50	
		Чай сладкий с лимоном		200/20гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
	3	лимон	20	
Ужин 2		Молоко печения		200/25
		Молоко	200	
		Печения	25	
Дополнения				
		Специи, соль		8/2
	1	Соль	8	
	2	специи	2	

Составила м/с Раимжанова Г.З. 

Шеф повар Лукашенко Н. 

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Суп лапша молочная сладкая, сахаром		300гр
	1	Молоко	160	
	2	Лапша	25	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Какао с молоком сладкий		200гр
	1	Какао	2	
	2	Молоко	100	
	3	Сахар	15	
	4			
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат капусты квашенной ,запр растительным маслом		100/3гр
	1	Капуста квашенная	100	
	2	Лук	20	
	3	Масло растительное	3	
	4	Кукуруза	20	
		Суп гречневый со сметаной на костном бульоне		300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Гречка	15	
	5	Масло сливочное	10	
	6	Масло растительное	2	
	7	Сметана	10	
	8	Картофель	100	
		Плов с курицы		100/200гр
	1	Куры	100	
	2	Рис	50	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	10	
	7	Яйцо	1/3	
		Компот		200гр
	1	Компот	15	
	2	Сахар	20	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
	2	Ржаной	50	

полдник		Твороженная запеканка Сок натуральный		250/200гр
	1	Мука	35	
	2	сахар	5	
	3	масло сливочное	8	
	4	масло растительное	3	
	5	Яйцо	1/5	
	6	творог	200	
	7	Сок натуральный	100	
ужин		Бигус с мясом		300гр
	1	Капуста	400	
	2	Мясо	95	
	3	Морковь	30	
	4	Лук	20	
	5	масло растительное	2	
	6	Хлеб пшеничный и ржаной		50/50/12
	7	Пшеничный	50	
	8	Ржаной	50	
	9	Сыр	12	
	10	Чай сладкий		200
	11	чай	2	
	12	сахар	10	
ужин 2		Кефир ,Печенье		200/25
	1	Кефир	200	
	2	Печенье	25	
дополнения		Специи соль		2/8
	1	соль	8	
	2	Специи	2	

м/с Раимжанова Г.З



шеф повар Лукашенко



	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 12-18лет
Завтрак		Суп гречневый молочный сладкий		300гр
	1	Молоко	150	
	2	Гречка	20	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Кофейный напиток с молоком сладкий		200гр
	1	Кофейный напиток	4	
	2	Молоко	100	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат из свеклы с чесноком запр раст маслом		100/3гр
	1	Свекла	100	
	2	Лук	20	
	3	Масло растительное	3	
	4	чеснок	5	
		Суп харчо со сметаной на костном бульоне		300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Рис	10	
	5	Картофель	100	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
		Овощное рагу с мясом		300гр
	1	Мясо	95	
	2	Капуста	150	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	2	
	7	Картофель	150	
		Кисель		200гр
	1	Кисель	20	
	2	Сахар	10	

		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
	2	Ржаной	50	
Полдник		Пироги сладкие. Сок натуральный		150/100/р
	1	Повидло	50	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло растительное	2	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Дрожжи	1	
	7	Мука	50	
	8	Сок натуральный	100	
	9	Молоко	50	
Ужин		Колбаса с вермишелью		80/180/20гр
	1	Вермишель	50	
	2	Колбаса	100	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
		Хлеб пшеничный и ржаной сыром		50/50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Хлеб ржаной	50	
	3	Сыр	12	
		Чай сладкий		200гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
	3			
Ужин 2	1	Кефир		200/25
	2	Кефир	200	
	3	Вафли	25	
Дополнения		Соль, специи		8/2
	1	Соль	8	
	2	специи	2	

Составила м/с Раимжанова Г.З

Повар Лукашенко Н

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Суп ячневый молочный сладкий		300гр
	1	Молоко	160	
	2	Ячка	10	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Какао с молоком		200гр
	1	Какао	2	
	2	Молоко	100	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат Осенний заправленный растительным маслом		100/3гр
	1	Капуста квашен	20	
	2	Масло раст	3	
	3	Лук	30	
	4	Картофель	50	
	5	Яйцо	1/3	
	6	Морковь	50	
		Суп свекольник со сметаной на костном бульоне		250/300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Свекла	100	
	5	Картофель	150	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
		Котлета с макаронами с подливом		80/150/20гр
	1	Мясо	95	
	2	Макарон	50	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	8	
		Кисель		200гр

	1	Кисель	20	
	2	Сахар	10	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
	2	Ржаной	50	
Полдник		Булка сладкая.		150/200гр
	1	Дрожжи	1	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло растительное	2	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Мука	35	
	7	Компот	25	
Ужин		Рыба с картофельным пюре		80/300/10гр
Полдник	1	Картофель	350	
	2	Рыба	220	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
		Булка сладкая		150/200гр
		Хлеб пшеничный и ржаной сыром		50/50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Хлеб ржаной	50	
	3	Сыр	12	
		Чай сладкий		200гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
	3			
Ужин 2	1	Кефир вафли		200/25
	2	Кефир	200	
	3	Пряник	25	
Дополнения		Соль, специи		8/2
	1	Соль	8/8	
	2	специи	2/2	

Составила м/с Раимжанова Г.З. 

Повар Лукашенко Н. 

Меню 7день

Меню раскладка

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Суп рисовый молочный сладкий		300гр
	1	Молоко	150	
	2	Рис	20	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Кофейный напиток с молоком сладкий		200гр
	1	Кофейный напиток	4	
	2	Молоко	100	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат свекольный заправленный растительным маслом		100/3гр
	1	Свекла	100	
	2	Масло раст	3	
	3	Чеснок	10	
		Суп щи со сметаной на костном бульоне		300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Капуста	70	
	5	Картофель	100	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
		Бигус с мясом		300гр
	1	Мясо	95	
	2	Капуста	400	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	2	
		Компот		200гр

	1	Компот	25	
	2	Сахар	20	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
	2	Ржаной	50	
Полдник		Пироги с повидлом		150/25gr
	1	Повидло	25	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло растительное	2	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Дрожжи	1	
	7	Мука	50	
		Сок натуральный		200gr
Ужин		Рисовый пудинг с колбасой		250gr
	1	рис	40	
	2	Колбаса	100	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
	6	Яйцо	1/5	
	7	Капуста	220	
		Хлеб пшеничный и ржаной сыром		50/50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Хлеб ржаной	50	
	3	Сыр	12	
		Чай сладкий с медом		200/20gr
	1	Чай	2	
	2	медом	15	
	3			
Ужин 2	1	Молоко		200
	2	Молоко	200	
	3			
Дополнения		Соль, специи		8/2
	1	Соль	8/8	
	2	специи	2/2	

Составила м/с Раимжанова Г.З. 

Шеф повар Лукашенко Н В 

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 12-18лет
Завтрак		Каша пшенная молочная сладкая		300гр
	1	Молоко	150	
	2	Рис	25	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Какао с молоком		200гр
	1	Какао	2	
	2	Молоко	100	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат огурец квашеный заправленный растительным маслом		100/3гр
	1	Огурец кв	100	
	2	Масло раст	3	
	3	Лук	30	
	4	Морковь		
		Суп фасолевый со сметаной на костном бульоне		250/300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Фасоль	10	
	5	Картофель	100	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
		Котлета с гороховым гарниром		80/150/20гр
	1	Мясо	95	
	2	Горох	50	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	8	
		Кисель		200гр
	1	Кисель	20	
	2	Сахар	10	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	

	2	Ржаной	50	
Полдник		Твороженные сырники		150гр
	1	Творог	200	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло растительное	2	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Мука	35	
		Сок натуральный		200гр
Ужин		Рыба с картофельным пюре		300гр
	1	Картофель	350	
	2	Рыба	220	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
		Хлеб пшеничный и ржаной сыром		50/50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Хлеб ржаной	50	
	3	Сыр	12	
		Чай сладкий с медом		200/20гр
	1	Чай	2	
	2	Мед	20	
	3			
Ужин 2	1	Молоко пряник		200/25
	2	Молоко	200	
	3	Пряник	25	
		Соль, специи		8/2
	1	Соль	8/8	
	2	специи	2/2	

Составила м/с Раимжанова Г.З

Повар Лукашенко Н

Меню 9 день

Меню раскладка

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Каша манная молочная сладкая		300гр
	1	Молоко	150	
	2	Манка	20	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Кофейный напиток с молоком сладкий		200гр
	1	Кофейный напиток	4	
	2	Молоко	100	
	3	Сахар	15	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат моркови тертой заправленный растительным маслом		100/3гр
	1	Морковь	100	
	2	Масло раст	3	
	3	Лук	30	
		Суп клецками со сметаной на костном бульоне		300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Мука	35	
	5	Картофель	100	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
	9	Яйцо	1/3	
		Котлета с перловым гарниром подлив		80/180/20гр
	1	Мясо	95	
	2	Перловка	50	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	8	
		Компот	15	200гр
	1	Компот	25	
	2	Сахар	10	

		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
	2	Ржаной	50	
Полдник		Манник		250/200гр
	1	Манка	20	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло растительное	2	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Мука	35	
	7	Лимонный напиток	20	
Ужин		Овощной пудинг с курицей		300гр
	1	Капуста	350	
	2	Куры	100	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
	6	Картофель	200	
		Хлеб пшеничный и ржаной сыром		50/50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Хлеб ржаной	50	
	3	Сыр	12	
		Чай сладкий		200гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
	3			
Ужин 2	1	Молоко с печенье		200/25
	2	молоко	200	
	3	Печенье	25	
Дополнения				
		Соль, специи		8/2
	1	Соль	8/8	
	2	специи	2/2	

Составила м/с Раимжанова Г.З

Повар Лукашенко Н

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Каша дружба молочная сахаром и маслом		300гр
	1	Молоко	160	
	2	Пшено	15	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
	5	Рис	15	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Какао с молоком сладкий		200гр
	1	Какао	2	
	2	Молоко	100	
	3	Сахар	15	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат из огурцов квашеных запр раст маслом		100/3гр
	1	Огурец квашен	100	
	2	Лук	20	
	3	Масло растительное	3	
	4	Морковь	30	
		Суп крестьянский с яйцом со сметаной на костном бульоне		250/300гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Пшено	10	
	5	Масло сливочное	10	
	6	Масло растительное	2	
	7	Сметана	10	
	8	Картофель	100	
	9	Яйцо	1/5	
		Рыбный рулет с картофельным пюре		110/150/20
	1	Рыба	220	
	2	Картофель	300	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	10	
		Компот		200гр
	1	Компот	15	
	2	Сахар	10	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50

Полдник		Твороженные запеканка с медом		300/200гр
	1	Мука	25	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло раст	3	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Творог	200	
	7	Какао с молоком	200	
	8	мед	20	
Ужин		Рыба с картофельным пюре		100/250/20гр
	1	Картофель	300	
	2	Рыба	220	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
		Хлеб пшеничный и ржаной сыром		50/50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	1	Хлеб ржаной	50	
	2	Сыр	12	
		Чай сладкий		200гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
Ужин 2		Кефир печенье		200/25
	1	Кефир	200	
	2	печенье	25	
дополнения		Специи, соль		2/8
	1	Специи	2	
	2	Соль	8	

Составила м/с Раимжанова Г.З

Повар Лукшенко Н

Меню 11 день

Меню раскладка

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Каша полтавская молочная сахаром и маслом		300гр
	1	Молоко	150	
	2	Полтавская	25	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Кофейный напиток с молоком сладкий		200гр
	1	Кофейный напиток	4	
	2	Молоко	110	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат из зеленого горошка с луком заправленный растительным маслом		100/3гр
	1	Зеленый горошек	100	
	2	Лук	20	
	3	Морковь	30	
	4	Масло раст	3	
		Суп щи со сметаной на костном бульоне		300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Капуста	110	
	5	Картофель	100	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
	9			
		Тефтели с подливом		80/180/20
	1	Мясо говядина	95	
	2	Рис	40	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	2	
	7	Яйцо	1/3	

Полдник		Твороженные запеканка с медом		300/200гр
	1	Мука	25	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло раст	3	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Творог	200	
	7	Какао с молоком	200	
	8	мед	20	
Ужин		Рыба с картофельным пюре		100/250/20гр
	1	Картофель	300	
	2	Рыба	220	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
		Хлеб пшеничный и ржаной сыром		50/50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	1	Хлеб ржаной	50	
	2	Сыр	12	
		Чай сладкий		200гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
Ужин 2		Кефир печенье		200/25
	1	Кефир	200	
	2	печенье	25	
дополнения		Специи, соль		2/8
	1	Специи	2	
	2	Соль	8	

Составила м/с Раимжанова Г.З. 

Повар Лукшенко Н. 

Меню 11 день

Меню раскладка

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Каша полтавская молочная сахаром и маслом		300гр
	1	Молоко	150	
	2	Полтавская	25	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Кофейный напиток с молоком сладкий		200гр
	1	Кофейный напиток	4	
	2	Молоко	110	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат из зеленого горошка с луком заправленный растительным маслом		100/3гр
	1	Зеленый горошек	100	
	2	Лук	20	
	3	Морковь	30	
	4	Масло раст	3	
		Суп щи со сметаной на костном бульоне		300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Капуста	110	
	5	Картофель	100	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
	9			
		Тефтели с подливом		80/180/20
	1	Мясо говядина	95	
	2	Рис	40	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	2	
	7	Яйцо	1/3	

	8	Капуста	150	
		Кисель		200гр
	1	Кисель	20	
	2	Сахар	10	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
	2	Ржаной	50	
Полдник		Шарлотка сок натуральный		150/200гр
	1	Мука	35	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло раст	2	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Кефир	50	
	7	Яблоки	100	
	8	Сок натуральный	200г	
Ужин		Куры с картофельным пюре		80/300/20гр
	1	Картофель	300	
	2	куры	9	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
	6	Масло сливочное	4	
		Хлеб пшеничный и ржаной		50/50
	1	Хлеб пшеничный	50	
	1	Хлеб ржаной	50	
		Чай сладкий с лимоном		200/20гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
	3	лимон	20	
Ужин 2		Молоко печения		200/25
		Молоко	200	
		Печения	25	
Дополнения				
		Специи, соль		8/2
	1	Соль	8	
	2	специи	2	

Составила м/с Раимжанова Г.З. 

Шеф повар Лукашенко Н. 

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Каша геркулес молочная сладкая		300гр
	1	Молоко	160	
	2	Геркулес	25	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Какао с молоком сладкий		200гр
	1	Какао	2	
	2	Молоко	110	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат Ассорти растительным маслом		100/3гр
	1	Морковь	60	
	2	Лук	20	
	3	Масло растительное	3	
	4	Капуста квашенная	20	
	5	Картофель	50	
	6	Зеленый горошек	20	
		Суп расольник со сметаной на костном бульоне		300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Перловка	70	
	5	Масло сливочное	10	
	6	Масло растительное	2	
	7	Сметана	10	
	8	Картофель	100	
	9	Квашен огур	20	
		Котлета гречкой		100/180/20
	1	Мясо	95	
	2	Гречка	55	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	10	
	7	Яйцо	1/3	
		Кисель		200гр

	1	Кисель	20	
	2	Сахар	10	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
	2	Ржаной	50	
Полдник		Пироги с капустой .Сок натуральный		200/100 р
	1	Мука	35	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло раст	3	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Капуста	100	
	7	Дрожжи	0,1	
	8	Сок натуральный	100	
	9	Молоко	40	
Ужин		Оладий с печени с картофельным пюре		300гр
	1	Картофель	400	
	2	Печень	100	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
		Хлеб пшеничный и ржаной сыром		50/50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	1	Хлеб ржаной	50	
	2	Сыр	12	
		Чай сладкий		200гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
Ужин 2		Кефир		200
	1	Кефир	200	
Дополнения				
		Специи. Соль		2/8
	1	Специи	2	
	2	Соль	8	

м/с Раимжанова Г.З

шеф повар Лукашенко Н

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Суп гречневый молочный сладкий		300гр
	1	Молоко	160	
	2	Греска	10	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Какао с молоком		200гр
	1	Какао	2	
	2	Молоко	100	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат Осенний заправленный растительным маслом		100/3гр
	1	Капуста квашен	20	
	2	Масло раст	3	
	3	Лук	30	
	4	Картофель	50	
	5	Яйцо	1/3	
	6	Морковь	50	
		Суп свекольник со сметаной на костном бульоне		250/300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Свекла	100	
	5	Картофель	150	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
		Котлета с макаронами с подливом		80/150/20гр
	1	Мясо	95	
	2	Макарон	50	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	8	
		Компот		200гр

Полдник		Твороженная запеканка Сок натуральный		250/200гр
	1	Мука	35	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло раст	3	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Творог	200	
	7	Сок натуральный	200	
Ужин		Бигус с мясом		300гр
	1	Капуста	400	
	2	Мясо	95	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
		Хлеб пшеничный и ржаной сыром		50/50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	1	Хлеб ржаной	50	
	2	Сыр	12	
		Чай сладкий		200гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
Ужин 2		Кефир , Печенье		200/25
	1	Кефир Печенье	200/25	
Дополнения		Специи, соль		2/8
	1	Специи	2	
	2	Соль	8	

Составила м/с Раимжанова Г.З

Повар Лукашенко Н

	№	Наименования блюда	Норма в граммах	Выход блюд 7-18лет
Завтрак		Каша полтавская молочная сахаром и маслом		300гр
	1	Молоко	150	
	2	Полтавская	25	
	3	Сахар	10	
	4	Масло сливочное	10	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным		50/12
	1	Хлеб пшеничный	50	
	2	Масло сливочное	12	
		Кофейный напиток с молоком сладкий		200гр
	1	Кофейный напиток	4	
	2	Молоко	110	
	3	Сахар	10	
10ч		Фрукты		250
Обед		Салат из зеленого горошка с луком заправленный растительным маслом		100/3гр
	1	Зеленый горошек	100	
	2	Лук	20	
	3	Морковь	30	
	4	Масло раст.	3	
		Суп щи со сметаной на костном бульоне		300/10гр
	1	Мясо (кости)	30	
	2	Лук	30	
	3	Морковь	30	
	4	Капуста	110	
	5	Картофель	100	
	6	Масло сливочное	10	
	7	Масло растительное	2	
	8	Сметана	10	
	9			
		Тефтели с подливом		80/180/20
	1	Мясо говядина	95	
	2	Рис	40	
	3	Лук	30	
	4	Морковь	30	
	5	Масло сливочное	10	
	6	масло растительное	2	
	7	Яйцо	1/3	
	8	Капуста	150	
		Кисель		200гр
	1	Кисель	20	
	2	Сахар	10	

	1	Кисель	20	
	2	Сахар	10	
		Хлеб пшеничный и ржаной		100/50
	1	Пшеничный	100	
	2	Ржаной	50	
Полдник		Твороженная запеканка с медом Сок натуральный		250гр
	1	Творог	200	
	2	Сахар	10	
	3	Масло сливочное	8	
	4	Масло растительное	2	
	5	Яйцо	1/5	
	6	Мед	20	
	7	Сок натуральный	200	
	1			
Ужин		Овощное рагу с мясом		250гр
	1	Картофель	250	
	2	Куры	100	
	3	Лук	20	
	4	Морковь	30	
	5	Масло растительное	2	
	6	Капуста	100	
		Хлеб пшеничный и ржаной		50/50
	1	Хлеб пшеничный	50	
	1	Хлеб ржаной	50	
		Чай сладкий с лимоном		200гр
	1	Чай	2	
	2	Сахар	10	
	3	лимон	20	
Ужин 2	1	Кефир		200
	2	Кефир	200	
	3			
Дополнения		Соль, специи		8/2
	1	Соль	8	
	2	специи	2	

Составила м/с Раимжанова Г.З. 

Повар Лукашенко Н. 