

«УТВЕРЖДАЮ»

Руководитель КГУ «Областная средняя школа-интернат санаторного типа «Жұлдыз»
управления образования Акмолинской области
Алибаева Г.А. _____



**Перспективное сезонное меню питания детей
КГУ «Областная средняя школа-интернат санаторного типа «Жұлдыз»
управления образования Акмолинской области
на 2025-2026 года
(4 недели) Лето-Осень.**

1 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная гречневая
Сыр твердый
Чай, сахар, хлеб

Обед

Суп картофельный с мясными фрикадельками
Куры отварны с вермишелевым гарниром
Сок, хлеб

Полдник

Абрикосы.

Ужин 1

Салат из свежих овощей
Плов
Рагу овощное
Чай, сахар, хлеб

Ужин 2

Сдоба обыкновенная
Кисель, йогурт.

3 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная манная
Яйцо вареное
Чай с сахаром, хлеб.

Обед

Суп «Мон-пар»
Котлета мясная с гречневым гарниром
Кисель, хлеб

2 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная ячневая
Сосиска отварная
Какао, хлеб

Обед

Борщ со свежей капустой, сметаной
Вареники с картофелем.
Компот из св/фруктов, хлеб

Полдник

Сливы.

Ужин 1

Икра из кабачков.
Гуляш мясной с перловым гарниром
Сыр тертый с кукурузой
Чай с сахаром, хлеб

Ужин 2

Колбасные изделия в тесте
Кисель.

4 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная рисовая
Чай с молоком, хлеб.
Йогурт.

Обед

Суп картофельный с рыбными консервами
Перец фаршированный с картофельным пюре
Компот из св/фруктов, хлеб

Ужин 1

Салат из капусты с кукурузой
Чахохбили из кур с картофельным пюре
Запеканка морковно-творожная с повидлом
Чай, сахар, хлеб

Ужин 2

Крендель с ванилином
Молоко кипяченое

5 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная пшенная
Хлеб с повидлом
Чай с лимоном, сахаром

Обед

Рассольник
Биточки мясные с гороховым пюре
Кисель, хлеб

Полдник

Бананы

Ужин 1

Салат «Весна»
Рыба (духов.) с картофельным пюре
(сопровождение: икра кабачковая консерв.)
Венская сдоба
Чай с молоком, сахаром, хлеб

Ужин 2

Конфеты шоколадные
чай черный.

7 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная манная
Колбаса отварная
Чай, сахар, хлеб

Обед

Суп «Харчо»
Шницель мясной (духов.) с вермишелевым гарниром
Кисель, хлеб

Полдник

Персики

Ужин 1

Салат из белокочанной капусты с яблоками
Мясо тушеное с пшеничным гарниром
Булочка с карамелью
Чай, сахар, хлеб

Ужин 2

Зефир,
Чай черный

6 день

Завтрак

Масло сливочное
Суп молочный вермишелевый
Кукурузные палочки
Чай, сахар, хлеб

Обед

Суп овощной
Окорочка (духов.) с рисовым гарниром
Сок, хлеб

Полдник

Яблоки

Ужин 1

Рагу овощное
Жаркое по-домашнему (с говядиной)
Сыр тертый с кукурузой
Чай с сахаром, хлеб.

Ужин 2

Ватрушка с творогом
Кисель.

8 день

Завтрак

Масло сливочное
Суп молочный гречневый
Сыр твердый
Шоколадки, чай с молоком, хлеб

Обед

Суп гороховый с гренками
Котлета с картофельным пюре
Компот из свежих фруктов, хлеб

Полдник

Бананы

Ужин 1

Салат из свежих овощей
Жаркое по-домашнему с мясом кур
Мармелад, чай с молоком, хлеб

Ужин 2

Булочка с карамелью
Чай с молоком

9 день

Завтрак

Масло сливочное
Отварные макароны, запеченные сыром.
Карамель.
Чай с молоком, хлеб.

Обед

Суп-лапша по-домашнему
Перец фаршированный с мясом, рисом
Какао, хлеб

Полдник

Сливы

Ужин 1

Салат из капусты со свежим огурцом.
Азу по-татарски с картофельным пюре
Пряники
Чай с сахаром, лимоном, хлеб.

Ужин 2

Ряженка
Булочка с маком

11 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная кукурузная
Яйцо вареное
Чай с молоком, хлеб

Обед

Бульон с пельменями
Котлета мясная с гречневым гарниром
Кисель, хлеб

Полдник

Яблоки

Ужин 1

Салат из свежих овощей.
Бефстроганов с перловым гарниром
Конфеты шоколадные
Чай, хлеб.

Ужин 2

Булочка с повидлом
Кисель, йогурт

10 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная рисовая
Сыр колбасный
Кофе с молоком.

Обед

Суп картофельный с мясными фрикадельками
Окорочка (духов.) со сложным гарниром
Напиток апельсиновый, хлеб

Полдник

Бананы

Ужин 1

Салат из свежих овощей.
Сосиска с овощами
Рагу мясное с пшеничным гарниром. Чай
Щербет, хлеб

Ужин 2

Сдоба обыкновенная
Молоко кипяченое

12 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная «Дружба»
Печенье. Какао, хлеб

Обед

Суп рисовый с помидорами
Манты
Компот из сухофруктов, хлеб

Полдник

Абрикосы

Ужин 1

Салат из свежих овощей
Рыба (духовая) с картоф.пюре
Запеканка творожно-морковная с повидлом
Чай с карамелью, хлеб

Ужин 2

Булочка с изюмом
Компот

13 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная гречневая
Сыр твердый
Чай с молоком, мед, хлеб

Обед

Суп картофельный с крупой
Куры отварные с вермишелевым гарниром
Какао, хлеб

Полдник

Бананы

Ужин 1

Салат морковный .
Мясо, шпигованное с картофельным пюре
Рыбные консервы с овощами
Вафли, чай с сахаром, хлеб

Ужин 2

Пирожок с повидлом печеный
Ряженка

Ужин 1

Рагу овощное
Сардельки отварные с картофельным пюре.
Рулет бисквитный
Чай, сахар, хлеб

Ужин 2

Булочка с маком
Молоко кипяченое

14 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная пшенная
Кукурузные палочки
Какао, хлеб

Обед

Борщ с бобовыми со сметаной
Шницель мясной с гречневым гарниром
Сок, хлеб

Полдник

Сливы

Ужин 1

Салат из свежих овощей
Мясо по-казахски
Сыр тертый с чесноком
Булочка с карамелью, чай, сахар, хлеб

Ужин 2

Конфеты шоколадные.
Чай с молоком
Йогурт



15 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная гречневая
Сыр твердый
Чай, сахар, хлеб

Обед

Суп картофельный с мясными фрикадельками
Куры отварны с вермишелевым гарниром
Сок, хлеб

Полдник

Абрикосы.

Ужин 1

Салат из свежих овощей
Плов
Рагу овощное
Чай, сахар, хлеб

Ужин 2

Сдоба обыкновенная
Кисель, йогурт.

17 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная манная
Яйцо вареное
Чай с сахаром, хлеб.

Обед

Суп «Мон-пар»
Котлета мясная с гречневым гарниром
Кисель, хлеб

Полдник

Виноград

Ужин 1

Салат из капусты с кукурузой
Чахохбили из кур с картофельным пюре
Запеканка морковно-творожная с повидлом
Чай, сахар, хлеб

16 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная ячневая
Сосиска отварная
Какао, хлеб

Обед

Борщ со свежей капустой, сметаной
Вареники с картофелем.
Компот из св/фруктов, хлеб

Полдник

Сливы.

Ужин 1

Икра из кабачков.
Гуляш мясной с перловым гарниром
Сыр тертый с кукурузой
Чай с сахаром, хлеб

Ужин 2

Колбасные изделия в тесте
Кисель.

18 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная рисовая
Чай с молоком, хлеб.
Йогурт.

Обед

Суп картофельный с рыбными консервами
Перец фаршированный с картофельным пюре
Компот из св/фруктов, хлеб

Полдник

Ряженка

Ужин 1

Салат из белокочанной капусты с яблоками
Мясо тушеное с пшеничным гарниром
Булочка с карамелью
Чай, сахар, хлеб

ужин 2
Крендель с ванилином
Молоко кипяченое

19 день

Завтрак
Масло сливочное
Каша молочная пшенная
Хлеб с повидлом
Чай с лимоном, сахаром

Обед
Рассольник
Биточки мясные с гороховым пюре
Кисель, хлеб

Полдник
Бананы

Ужин 1
Салат «Весна»
Рыба (духов.) с картофельным пюре
(сопровождение: икра кабачковая консерв.)
Венская сдоба
Чай с молоком, сахаром, хлеб

Ужин 2
Конфеты шоколадные
чай черный.

21 день

Завтрак
Масло сливочное
Каша молочная манная
Колбаса отварная
Чай, сахар, хлеб

Обед
Суп «Харчо»
Шницель мясной (духов.) с вермишелевым гарниром
Кисель, хлеб

Полдник
Персики

Ужин 1
Салат из свежих овощей
Жаркое по-домашнему с мясом кур
Мармелад, чай с молоком, хлеб

Ужин 2
Зефир,
Чай черный

20 день

Завтрак
Масло сливочное
Суп молочный вермишелевый
Кукурузные палочки
Чай, сахар, хлеб

Обед
Суп овощной
Окорочка (духов.) с рисовым гарниром
Сок, хлеб

Полдник
Яблоки

Ужин 1
Рагу овощное
Жаркое по-домашнему (с говядиной)
Сыр тертый с кукурузой
Чай с сахаром, хлеб.

Ужин 2
Ватрушка с творогом
Кисель.

22 день

Завтрак
Масло сливочное
Суп молочный гречневый
Сыр твердый
Шоколадки, чай с молоком, хлеб

Обед
Суп гороховый с гренками
Котлета с картофельным пюре
Компот из свежих фруктов, хлеб

Полдник
Бананы

Ужин 1
Салат из свежих овощей.
Бефстроганов с перловым гарниром
Конфеты шоколадные
Чай, хлеб.

Ужин 2

Булочка с карамелью
Чай с молоком

23 день

Завтрак

Масло сливочное
Отварные макароны, запеченные сыром.
Карамель.
Чай с молоком, хлеб.

Обед

Суп-лапша по-домашнему
Перец фаршированный с мясом, рисом
Какао, хлеб

Полдник

Сливы

Ужин 1

Салат из капусты со свежим огурцом.
Азу по-татарски с картофельным пюре
Пряники
Чай с сахаром, лимоном, хлеб.

Ужин 2

Ряженка
Булочка с маком

25 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная кукурузная
Яйцо вареное
Чай с молоком, хлеб

Обед

Бульон с пельменями
Котлета мясная с гречневым гарниром
Кисель, хлеб

Полдник

Яблоки

Ужин 1

Салат из свежих овощей
Рыба (духовая) с картоф. пюре
Запеканка творожно-морковная с повидлом
Чай с карамелью, хлеб

Ужин 2

Булочка с изюмом

Ужин 2

Булочка с повидлом
Кисель, йогурт

24 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная рисовая
Сыр колбасный
Кофе с молоком.

Обед

Суп картофельный с мясными фрикадельками
Окорочка (духов.) со сложным гарниром
Напиток апельсиновый, хлеб

Полдник

Бананы

Ужин 1

Салат из свежих овощей.
Сосиска с овощами
Рагу мясное с пшеничным гарниром. Чай
Щербет, хлеб

Ужин 2

Сдоба обыкновенная
Молоко кипяченое

26 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная «Дружба»
Печенье. Какао, хлеб

Обед

Суп рисовый с помидорами
Манты
Компот из сухофруктов, хлеб

Полдник

Абрикосы

Ужин 1

Рагу овощное
Сардельки отварные с картофельным пюре.
Рулет бисквитный
Чай, сахар, хлеб

Ужин 2

Булочка с маком

27 день

Завтрак

Масло сливочное

Каша молочная гречневая

Сыр твердый

Чай с молоком, мед, хлеб

Обед

Суп картофельный с крупой

Куры отварные с вермишелевым гарниром

Какао, хлеб

Полдник

Бананы

Ужин 1

Салат морковный .

Мясо, шпигованное с картофельным пюре

Рыбные консервы с овощами

Вафли, чай с сахаром, хлеб

Ужин 2

Пирожок с повидлом печеный

Ряженка

28 день

Завтрак

Масло сливочное

Каша молочная пшенная

Кукурузные палочки

Какао, хлеб

Обед

Борщ с бобовыми со сметаной

Шницель мясной с гречневым гарниром

Сок, хлеб

Полдник

Сливы

Ужин 1

Салат из свежих овощей

Мясо по-казахски

Сыр тертый с чесноком

Булочка с карамелью, чай, сахар, хлеб

Ужин 2

Конфеты шоколадные.

Чай с молоком

Йогурт

Составил: Диет.сестра Логинова А.В.

