

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор КГУ «Областная средняя школа-интернат санаторного типа «Жұлдыз»
управления образования Акмолинской обл
Алибаева Г.А



**Перспективное сезонное меню питания детей
КГУ «Областная средняя школа-интернат санаторного типа «Жұлдыз»
управления образования Акмолинской области
на 2026-2027 учебные годы.**

Лето-осень(4 недели)

1 день

Завтрак

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

Обед

Салат из моркови
Суп «Харчо»
Куры отварные с картофельным пюре.
Компот,хлеб.

Полдник

Курага.

Ужин 1

Салат из свежей капусты.
Гуляш мясной с пшеничным гарниром.
Карамель.
Чай черный, хлеб.

Ужин 2

Венская сдоба..
Кисель.

3 день

Завтрак

Масло сливочное.
Суп молочный вермишелевый.
Кукурузные палочки.
Чай с сахаром,лимоном.
Хлеб.

Обед

Борщ со свежей капусты.
Котлета мясная со сложным гарниром.

2 день

Завтрак

Масло сливочное
Каша молочная пшенная
Сыр твердый.
Какао, хлеб.

Обед

Суп лапша по-домашнему.
Окорочка с гречневым гарниром.
Нарезка /соленые огурцы.
Кисель,хлеб.

Полдник

Сок.

Ужин 1

Икра из кабачков .
Жаркое по-домашнему из мяса птицы.
Конфеты.
Чай черный, хлеб.

Ужин 2

Крендель.
Молоко кипяченое.

4 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная рисовая.
Сыр колбасный.
Чай с молоком.Мед.
Хлеб.

Обед

Салат из свежих овощей.
Суп полевой.

ь, хлеб

Полдник

Курага.

Ужин 1

Сыр тертый с яйцом.

Чахохбили с перловым гарниром.

Чай с сахаром, хлеб.

Ужин 2

Запеканка морковно-творожная с повидлом.

Компот.

5 день

Завтрак

Масло сливочное.

Каша молочная кукурузная.

Сосиски отварные.

Какао. Хлеб.

Обед

Щи из свежей капусты.

Биточки мясные с картофельным пюре.

Компот, хлеб

Полдник

Яблоки.

Ужин 1

Рагу овощное.

Плов из мяса птицы.

Яйцо вареное.

Чай с сахаром,

хлеб .

Ужин 2

Булочка с изюмом.

Кисель.

7 день

Завтрак

Масло сливочное.

Каша молочная ячневая.

Колбаса вареная.

Чай с молоком, хлеб.

Обед

Салат из свеклы.

Суп гречневый.

Куры отварные с макаронами.

Компот, хлеб.

Полдник

Виноград.

Ужин 1

Салат из свеклы с изюмом.

Азу по-татарски с картофельным пюре

Мармелад.

Чай черный, хлеб.

Ужин 2

Пирожок с повидлом.

Компот.

6 день

Завтрак

Масло сливочное

Каша молочная гречневая.

Творожная запеканка.

Чай с сахаром, лимоном, хлеб.

Обед

Салат из моркови.

Суп с макаронными изделиями.

Ежики мясные с пшеничным гарниром.

Кисель. Хлеб.

Полдник

Фрукт по сезону.

Ужин 1

Салат из капусты.

Рыба (духов.) с картоф. пюре.

Халва.

Чай черный. Хлеб.

Ужин 2

Пряники.

Компот.

8 день

Завтрак

Масло сливочное

Каша молочная «Дружба».

Курага.

Чай с лимоном, сахаром. Хлеб.

Обед

Салат из капусты.

Суп «Мон-пар».

гречневый.
Отварные с гороховым пюре.
Компот. Хлеб.

Полдник

Бананы.

Ужин 1

Икра овощная.
Жаркое по-домашнему с мясом говядины.
Зефир. Чай «Каркаде». Хлеб.

Ужин 2

Ряженка.
Печенье.

9 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная овсяная. Яйцо вареное.
Чай с молоком. Хлеб.

Обед

Салат «Витаминный».
Суп гороховый.
Зразы мясные/рис рассыпчатый.
Компот. Хлеб.

Полдник

Йогурт.

Ужин 1

Салат с мясом и солен. огурцом.
Чахохбили с картофельным пюре.
Чай с сахаром.
Хлеб.

Ужин 2

Кисель.
Булочка с маком.

11 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная манная.
Сыр колбасный.
Какао, хлеб.

Обед

Суп рисовый с помидорами.
Котлета мясная с гречневым гарниром.
Напиток из цитрусовых. Хлеб.

Суп «Мон-пар».
Перец фаршир. с мясом, рисом/картоф. пюре.
Напиток из цитрусовых. Хлеб.

Полдник

Компот «Ассорти».

Ужин 1

Салат из фасоли.
Бигус из мяса птицы.
Яйцо вареное.
Чай с сахаром. Хлеб.

Ужин 2

Булочка с карамель.
Молоко кипяченое.

10 день

Завтрак

Масло сливочное.
Суп молочный гречневый.
Сыр твердый.
Чай с сахаром. Хлеб.

Обед

Суп из свежих овощей.
Борщ с бобовыми.
Вареники с картофелем.
Чай «Каркаде». Хлеб.

Полдник

Апельсины.

Ужин 1

Салат из свежей капусты.
Бефстроганов с пшеничным гарниром.
Щербет.
Чай черный. Хлеб.

Ужин 2

Запеканка морковно-творожная.
Компот.

12 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная пшеничная.
Сосиски отварные.
Чай с сахаром, лимоном.

Обед

Нарезка из соленых огурцов.
Бульон с пельменями.
Окорочка с картоф. пюре.
Компот. Хлеб.

Полдник

Фрукт по сезону.

Ужин 1

Салат из моркови.
Рыба (духов.) с картофельным пюре.
Мармелад.
Чай черный, хлеб.

Ужин 2

Колбасные изделия в тесте.
Компот

13 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная кукурузная.
Творожная запеканка.
Чай с сахаром, хлеб.

Обед

Салат из свеклы с изюмом.
Суп гречневый.
Ежики с макаронами.
Компот. Хлеб.

Полдник

Йогурт.

Ужин 1

Салат из свежих овощей.
Рыба (духов.) с картофельным пюре.
Халва.
Чай черный, хлеб.

Ужин 2

Круассаны.
Компот.

Полдник

Виноград.

Ужин 1

Рагу овощное.
Плов из говядины.
Яйцо вареное.
Чай с сахаром, хлеб

Ужин 2

Крендель.
Кисель.

14 день

Завтрак.

Масло сливочное.
Каша молочная рисовая.
Яйцо вареное.
Чай с молоком, хлеб.

Обед

Суп лапша по-домашнему.
Куры отварн. со сложным гарниром.
Кисель, хлеб.

Полдник

Яблоки.

Ужин 1

Салат из капусты.
Гуляш мясной с гречневым гарниром.
Сыр тертый с чесноком.
Чай «Каркаде», хлеб.

Ужин 2

Рулет бисквитный.
Ряженка.

Лето-осень(4 недели)

15 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная «Дружба».
Сыр твердый. Курага.
Чай с сахаром, хлеб.

Обед

Салат из моркови.
Щи со свежей капусты.
Манты..
Компот из сух./фр.

Полдник

Бананы.

Ужин 1

Салат из фасоли с огурцом.
Чахохбили с картофельное пюре.
Мармелад.
Чай черный, хлеб.

Ужин 2

Булочка с изюмом.
Молоко кипяченое.

17 день

Завтрак

Масло сливочное.
Суп молочный пшеничный.
Пряники.
Чай с сахаром, лимоном.
Хлеб.

Обед

Салат из свежей капусты.
Рассольник.
Зразы мясные с макаронами.
Кисель. Хлеб.

Полдник

Фрукт по сезону.

Ужин 1

Икра овощная.
Жаркое по-домашнему (из мяса птицы).
Вафли.
Чай, сахар, хлеб.

Ужин 2

16 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная гречневая.
Сосиска отварная.
Чай с сахаром, хлеб.

Обед

Нарезка овощная.
Суп «Мон-пар».
Куры отварные с картоф. пюре.
Напиток из цитрусовых, хлеб.

Полдник

Сок.

Ужин 1

Салат «Винегрет».
Рагу мясное с перловым гарниром.
Конфеты.
Чай черный, хлеб.

Ужин 2

Кисель.
Венская сдоба.

18 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная овсяная.
Яйцо вареное.
Чай с молоком.
Хлеб.

Обед

Нарезка из свежих овощей.
Суп с мясными фрикадельками.
Гречка по-купечески.
Компот. Хлеб.

Полдник

Фрукт по сезону.

Ужин 1

Салат из свеклы с огурцом.
Плов из мяса птицы.
Зефир.
Чай черный, хлеб.

Ужин 2

Запеканка морковно-творожная с повидлом.
Компот.

19 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная кукурузная.
Сыр колбасный.
Какао.Хлеб.

Обед

Свекольник со сметаной.
Куры отварные с рисовым гарниром/
баклажаны тушен.Кисель, хлеб.

Полдник

Апельсины.

Ужин 1

Салат из капусты.
Лагман.
Яйцо вареное.
Венская сдоба
Чай Каркаде», хлеб .

Ужин 2

Ватрушка с повидлом.
Компот.

21 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная пшеничная.
Сыр твердый.
Чай с сахаром.
хлеб.

Обед

Салат из моркови.
Суп с макаронными изделиями.
Куры отварные с гороховым пюре.
Чай « Каркаде».Хлеб.

Полдник

Курага.

Ужин 1

Салат «Витаминный».
Жаркое по-домашнему с мясом говяд.
Щербет.Чай черный.Хлеб.

Колбасные изделия в тесте..
Компот.

20 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная ячневая.
Творожная запеканка.
Чай с сахаром,лимоном, хлеб.

Обед

Суп полевой.
Биточки мясные со сложным гарниром.
Компот.Хлеб.

Полдник

Фрукт по сезону.

Ужин 1

Сосиски отварные с овощами.
Рыба (духов.)с овощами/рассып.рис.
Вафли.
Чай черный.Хлеб.

Ужин 2

Пряники.
Ряженка.

22 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная гречневая.
Повидло.
Чай с сахаром,лимоном.
Хлеб.

Обед

Салат из капусты.
Рассольник.
Котлета мясная с макаронами.
Кисель.Хлеб.

Полдник

Сок.

Ужин 1

Сосиска с овощами.
Чахохбили с картофел.пюре.
Конфеты.
Чай с молоком,хлеб.

Ужин 2

Компот.
Круассаны.

23 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная ячневая.
Яйцо вареное. Чай с сахаром. Хлеб.

Обед

Салат из свеклы с огурцом.
Суп гороховый.
Куры отвар. с картоф. пюре.
Кисель. Хлеб.

Полдник

Курага.

Ужин 1

Салат из моркови.
Мясо по-казахски .
Халва. Чай черный.
Хлеб.

Ужин 2

Пирожок с капустой.
Компот.

25 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная «Дружба» .
Сыр твердый.
Какао, хлеб.

Обед

Суп картоф. с рыбой.
Окорочка со сложным гарниром.
Компот. Хлеб .

Полдник

Яблоко.

Ужин 1

Салат из свежих овощей.
Бефстроганов с пшеничным гарниром.
Рулет бисквитный
Чай с сахаром, хлеб.

Ужин 2

Булочка с изюмом.
Компот.

Ужин 2

Молоко кипяченое.
Крендель.

24 день

Завтрак

Масло сливочное.
Суп молочный вермишелевый.
Кукурузные палочки.
Чай с сахаром, лимоном. Хлеб.

Обед

Щи из капусты.
Перец фарширован. мясом, рисом/
картофельное пюре.
Компот. Хлеб.

Полдник

Фрукт по сезону.

Ужин 1

Рагу овощное.
Рыба (духов) с рисовым гарниром.
Конфеты.
Чай черный. Хлеб.

Ужин 2

Запеканка морковно-творожная.
Кисель.

26 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная ячневая.
Колбаса вареная.
Чай с молоком, хлеб.

Обед

Нарезка из соленых огурцов.
Бульон с пельменями.
Гречка по-купечески.
Кисель. Хлеб.

Полдник.

Апельсины.

Ужин 1

Салат из капусты.
Жаркое по-домашнему (из мяса птицы).
Щербет.
Чай черный, хлеб.

Ужин 2

Венская сдоба.
Компот.

27 день

Завтрак

Масло сливочное.
Каша молочная овсяная.
Творожная запеканка.
Чай с сахаром, хлеб.

Обед

Икра из кабачков.
Суп гречневый.
Биточки мясные, рис рассыпчатый.
Компот, хлеб.

Полдник

Виноград.

Ужин 1

Салат «Витаминный».
Рыба (духов) с картофельным пюре.
Яйцо вареное.
Компот, хлеб.

Ужин 2

Кукурузные палочки.
Ряженка.

28 день

Завтрак.

Масло сливочное.
Каша молочная манная.
Сыр твердый. Мед.
Чай с лимоном, хлеб.

Обед

Салат из моркови.
Суп картоф. с макарон. изделиями.
Куры отварные с картофельн. пюре.
Компот, хлеб.

Полдник

Бананы.

Ужин 1

Салат из фасоли.
Гуляш мясной с перловым гарниром.
Сыр тертый с чесноком.
Чай «Каркаде», хлеб.

Ужин 2

Пряники.
Кисель.

Составил : Диет.сестра Логинова А.В.

