КГУ Специальная школа-интернат №2 УОКО

Двухнедельное меню

Осень 2021

Г. Караганда

«Утверждаю»:

Директор спец.школы-интерната №2

Киргизбаева Г.М

 **Двухнедельное перспективное меню**

 **Октябрь 2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница**  | **Суббота**  | **Воскресенье**  |
| **Завтрак**Каша манная молочнаяБутерброд с маслом,с колбасой, с сыромКофе с молоком | **Завтрак**Суп молочный с вермишельюБутерброд с масломЯйцо отварноеКакао с молоком | **Завтрак**Каша кукурузная молочнаяБутерброд с маслом,с джемомКофе с молоком | **Завтрак**Кулеш пшенный молочныйБутерброд с маслом, с колбасойКакао с молоком | **Завтрак**Каша пшеничная молочнаяБутерброд с масломЯйцо отварноеКофе с молоком |  **Завтрак**Каша геркулесоваямолочнаябутерброд с маслом,с сыромКакао с молоком | Завтрак Омлет с луком. С помидорамиБутерброд с маслом. С сыромКофе с молоком |  |
| **2-ой завтрак** Сок.Фрукты | **2-ой завтрак**Сок. Фрукты | **2-ой завтрак**Сок. Фрукты | **2- завтрак**Сок. Фрукты | **2-ой завтрак**Сок. Фрукты | **2-завтрак**Сок.Фрукты  | **2-завтрак****Сок.Фрукты** |
| **Обед**Салат из огурцов и помидБорщ из свежей капустыКотлета мясная, гречневый гарнирКомпот | **Обед**Салат из моркови Суп ХарчоЗразы рыбныеКартофельное пюре Компот  | **Обед**Салат из овощей Суп гороховыйКуры тушенныеРожки отварныеКомпот  | **Обед**Салат из витаминныйРассольникРыба тушеная с овощамиКартофель тушеныйКомпот  | **Обед**Салат из огурцов и помидоров Свекольник Пигоди с мясомЧай с конфет | **Обед**Салат из свеклыШурпа с овощамиБефстроганов сГречневым гарниромКомпот | **Обед**Салат из овощейЩи из свежей капустыПельмени со сметанойКомпот |
| **Полдни**к Молоко Булочка домашняя | **Полдник** Кефир Сочники с творогом | **Полдник** Молоко Пудинг творожныйС джемом | **Полдник** КефирШарлотка с яблоками | **Полдник**Молоко Пирог творожныйС изюмом | **Полдник** Кефир Пряники | **Полдник** Молоко Пицца |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин**Салат из овощейРагу с курицейИкра кабачковаяЧай сладкий  | **Ужин**Салат из капустыГуляш с перловым гарнБутерброд с колбасойКисель  | **Ужин**Салат из свеклы с сыромЖаркое по домашнемуБутерброд с колбасой Чай с молоком  | **Ужин**Салат из огурцов и помидоровГолубцы с мясомКисель  | **Ужин**Салат из помидоровЧахохбили с картофелем Компот  | **Ужин** Салат из овощейЗапеканка картофельная с мясомБутерброд с колбасойЧай сладкий | **Ужин** Салат из помидоровПловБутерброд с джемом Чай с молоком |
| **2- ужин**Кефир Вафли  | **2- ужин**Молоко Печенье  | **2-ужин**КефирПряник  | **2-ой ужин**МолокоВафли  | **2-ой ужин**КефирПеченье  | **2- ужин** Молоко Вафли | **2-ужин**Кефир Печенье |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Понедельник**  | **Вторник**  | **Среда**  | **Четверг**  | **Пятница**  | **Суббота**  | **Воскресенье**  |
| **Завтрак**Каша манная молочнБутерброд с маслом и икрой кабачковойЯйцо отварноеКофе с молоком | **Завтрак**Каша кукурузная молочнаяБутерброд с маслом,Сосиски отварныеКакао с молоком | **Завтрак**Суп молочный  с вермишельюбутерброд с маслом Яйцо отварноеКофе с молоком | **Завтрак**Каша молочная ДружбаБутерброд с маслом, с сыромКакао с молоком | **Завтрак**Кулеш пшенный молочныйБутерброд с маслом,с джемомКофе с молоком | **Завтрак**Каша манная молочнаяБутерброд с маслом, Сосиски молочныеКакао с молоком | **Завтрак** Омлет с луком,с сосисками Бутерброд с маслом, с джемомКофе с молоком |
| **2-ой завтрак** Сок.Фрукты | **2-ой завтрак** Сок.Фрукты  | **2-ой завтрак** Сок.Фрукты | **2-ой завтрак**Сок.Фрукты | **2-ой завтрак**Сок. Фрукты  | **2- завтрак**Сок.Фрукты | **2- завтрак**Сок. Фрукты |
| **Обед** Салат из огурцовБорщ из свежей капустыГуляш с ячневым гарниромКомпот  | **Обед**Салат витаминныйСуп фасолевыйАзу с картофелемКисель   | **Обед** Салат из свеклы с сыромСуп полевойКуры тушеныегречневый гарнирКомпот  | **Обед** Салат из морковиСвекольник Шницель рыбныйКартофельное пюреКомпот  | **Обед**Салат из овощейРассольник Манты с подливом Компот  | **Обед** Салат из капустыСуп гороховыйЧахохбили из кур картофель тушеныйКомпот  | **Обед** Салат из соленых огурцовБесбармак Картофель отварнойКомпот  |
| **Полдник** Молоко Расстегай с изюмом | **Полдник**Кефир Пряник  | **Полдник**МолокоЗапеканка творожная с джемом  | **Полдник**Кефир Сосиски в тесте | **Полдник** Молоко Ватрушки с творогом | **Полдник** Кефир Пряник  | **Полдник** Чай с молокомТворожник с джемом |
| **Ужин**Салат из свеклыФрикадельки в томат соусе Картофель отварнойБутерброд с сыромЧай сладкий | **Ужин** Салат из морковиГорбуша, запеченная Рисовый гарнирБутерброд с сыромКомпот  | **Ужин** Салат из овощейГолубцы с мясом Бутерброд с сыромЧай сладкий | **Ужин** Салат из овощейГуляш с рожки отварныеБутерброд с колбасойКисель  | **Ужин** Салат из капустыРагу с курицейБутерброд с джемомЧай с лимоном | **Ужин** Салат витаминныйМясо тушеноеЯчневый гарнирБутерброд с сыромКисель  | **Ужин** Сельдь с лукомКартофельное пюреЯйцо отварноеСвекла отварнаяЧай сладкий  |
| **2-ой ужин** КефирПеченье | **2-ой ужин**Молоко Вафли  | **2-ой ужин**Кефир Печенье  | **2-ой ужин**Молоко Вафли  | **2-ой ужин**Кефир Печенье  | **2-ужин**Молоко Вафли | **2- ужин**КефирПеченье |

В школе- интернате воспитанники получают 6-ти разовое полноценное, сбалансированное питание.

Калорийность составляет от 2500-2900 ккал.