

СОГЛАСОВАНО

Начальник территориального отдела
Управления Роспотребнадзора
по Курганской области в Катайском,
Далматовском районах


Н.Г. Максимов

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГКОУ «Красноисетская
школа-интернат»
К.Т. Бекбулатов



**Перспективное меню на четырнадцать дней
ГКОУ «Красноисетская школа-интернат»**

Адрес: Курганская область, Далматовский район с.Красноисетское, ул.Советская. 36

14-дневное меню для категории: 7-11 осенне - зимний
11.12.17 - 25.12.17

1 неделя

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Вых.		Вых.		Вых.		Вых.		Вых.	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Запеканка из творога	150	Омлет натуральный	100	Каша "Дружба"	205	Каша манная молочная жидкая	200	Запеканка из творога	200
Хлеб пшеничный	75	Чай с молоком (1 вариант)	200	Какао с молоком (1 вариант)	200	Кофейный напиток с молоком (1	200	Кофейный напиток с молоком (2	200
Повидло	20	Хлеб пшеничный	75	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50
Какао с молоком (1 вариант)	200	Сыр	20	Масло сливочное	20	Сыр	20	Повидло	20
II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК	
Апельсины	120	Бананы	200	Яблоки	200	Сок	200	Груша	200
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Щи из свежей капусты	250	Салат из белокочанной капусты	100	Суп-лапша домашняя	250	Суп картофельный с рыбными кон	250	Щи из свежей капусты	250
Картофельное пюре	200	Суп крестьянский с крупой	250	Перловка	200	Каша ячневая молочная вязкая	200	Пюре из гороха	200
Гарфтели рыбные	100	капуста тушенная с мясом	200	Курица в соусе с томатом	100	Рулет из говядины с яйцом (пар	75	Котлеты, биточки, шницели	75
Кисель из плодового или ягодно	200	Компот из плодов или ягод суше	200	Сельдь с гарниром	100	Кисель плод.ягод.	200	Соус томатный	20
Салат из свеклы с сыром	100	Хлеб пшеничный	100	Компот из смеси сухофруктов	200	Хлеб пшеничный	100	Салат картофельный с яблоками	100
Хлеб пшеничный	100			Хлеб пшеничный	100			Кисель плод.ягод.	200
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Сок	200	Пряник	20	Молоко	200	Снежок	200	Кефир	200
Ватрушка с творожным, овощным,	75	Сок	200	Кулебяка с рыбой и рисом	100	Шанежка с картофелем	60	Пирог капустный	60
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Плов из отварной говядины	200	Жаркое по-домашнему	220	Запеканка капустная с говядино	200	Азу	325	Плов из отварной птицы	210
Чай	200	Чай	200	Чай с лимоном	200	Чай	200	Овощи натуральные соленые	80
Хлеб пшеничный	100	Хлеб пшеничный	75	Хлеб пшеничный	100	Хлеб пшеничный	100	Чай	200
		Масло сливочное	20					Хлеб пшеничный	100

14-дневное меню для категории: 7-11 осенне - зимний

1 неделя

Суббота		Воскресенье	
	Вых.		Вых.
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Омлет с сыром	100	Каша молочная пшеничная (куку	200
Какао с молоком (1 вариант)	200	Какао с молоком (2 вариант)	200
Хлеб пшеничный	75	Яйцо вареное	40
Масло сливочное	20	Хлеб пшеничный	50
ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК	
Яблоки	200	Соки овощные, фруктовые, ягодн	200
ОБЕД		ОБЕД	
Салат из морской капусты с яйц	100	Суп картофельный с мясными ф	200/35
Суп лапша домашняя	250	Макаронные изделия отварные	200
Плов из отварной птицы	200	Голубцы ленивые	75
Кисель из плодового или ягодн	200	Соус сметанный	15
Хлеб пшеничный	100	Компот из плодов или ягод суше	200
		Хлеб пшеничный	100
		Салат из свежих помидоров и ог	100
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Хлеб пшеничный	20	Кефир	200
Повидло <i>чай</i>	35	Вафли	25
УЖИН		УЖИН	
Пюре из картофеля	250	Картофельное пюре	200
Чай с молоком (1 вариант)	200	Рыба тушеная в сметанном соусе	140
Хлеб пшеничный	100	Чай	200
Сыр	20	Хлеб пшеничный	100

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Вых.		Вых.		Вых.		Вых.		Вых.	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша из "Геркулеса" вязкая	180	Омлет с мясом	75	Каша рисовая молочная жидкая	200	Каша манная молочная жидкая	200	Каша "Дружба"	200
Яйцо вареное	40	Чай с молоком (1 вариант)	200	Какао с молоком (2 вариант)	200	Кофейный напиток с молоком (1	200	Чай с молоком (1 вариант)	200
Кофейный напиток с молоком (1	200	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	100	Хлеб пшеничный	75
Хлеб пшеничный	75	Сыр	20	Сыр	20			Масло сливочное	20
Повидло	20								
II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК	
Соки овощные, фруктовые, ягодн	200	Яблоки	200	Груша	200	Яблоки	200	Сок	200
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Рассольник ленинградский	250	Суп-лапша домашняя	250	Суп картофельный с бобовыми	250	Борщ с капустой и картофелем	300	Салат из свеклы с чесноком	100
Картофельное пюре	200	Салат из моркови с изюмом	100	Каша молочная пшеничная (кукур	200	Каша гречневая рассыпчатая	200	Суп картофельный с макаронными	250
Рыба тушеная в сметанном соусе	100	Плов из отварной птицы	200	Курица в соусе с томатом	120	Котлеты, биточки, шницели	100	Каша гречневая рассыпчатая с л	200
Салат из свежих помидоров	100	Компот из смеси сухофруктов	200	Салат картофельный с зеленым г	100	Соус томатный	100	Мясо тушеное	100
Кисель из плодового или ягодно	200	Хлеб пшеничный	100	Чай с лимоном	200	Салат из свежих огурцов	100	Кисель из плодового или ягодно	200
				Хлеб пшеничный	100	Компот из смеси сухофруктов	200	Хлеб пшеничный	100
						Хлеб пшеничный	100		
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Ряженка	200	Хлеб пшеничный	50	Снежок	200	Бутерброды с джемом или повидл	20/35	Сок	200
Пряник	20	Масло сливочное	20	Сырники из творога	75	Кефир, ацидофилин, ряженка, пр	200	Печенье	60
		Какао с молоком (2 вариант)	200			Хлеб пшеничный	100		
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Каша гречневая рассыпчатая	200	Картофельная запеканка с рыбно	235	Макаронные изделия отварные	200	Макаронник (макаронная запекан	200	Суп картофельный с крупой и ры	250
Бефстроганов из отварной говяд	120	Чай	200	Печень говяжья по строгановски	110	Помидоры соленые	20	Яйцо вареное	40
Чай	200	Хлеб пшеничный	100	Чай	200	Чай (заварка)	200	Какао с молоком (1 вариант)	200
Хлеб пшеничный	100	Масло сливочное	20	Хлеб пшеничный	100	ХЛЕБ		Хлеб пшеничный	100
								Сыр	20

14-дневное меню для категории: 7-11 осенне - зимний

2 неделя

Суббота		Вых.	Воскресенье		Вых.
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Суп молочный с крупой	250		Каша манная молочная вязкая	200	
Кофейный напиток с молоком (1	200		Какао с молоком (2 вариант)	200	
Хлеб пшеничный	50		Хлеб пшеничный	50	
Масло сливочное	20		Сыр	20	
II ЗАВТРАК			II ЗАВТРАК		
Хурма	200		Сок	200	
ОБЕД			ОБЕД		
Суп картофельный с клецками	250/30		Борщ с капустой и картофелем	250	
Рыба, запеченная картофелем п	240		Пюре из гороха с пассерованным	200	
Салат из моркови с зеленым гор	100		Колбаса вареная порциями	100	
Соки овощные, фруктовые, ягодн	200		Соус томатный	10	
Хлеб пшеничный	100		Салат из свеклы с сыром	100	
			Хлеб пшеничный	100	
			Компот из плодов или ягод суше	200	
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Кефир	200		Кефир, ацидофилин, ряженка, пр	200	
Хлеб пшеничный	50		Кольцо сдобное, обсыпанное сах	60	
Повидло	20				
УЖИН			УЖИН		
Рагу из птицы	200		Капуста тушеная	100	
Чай с молоком (2 вариант)	200		Зразы из говядины с рисом паро	100	
Хлеб пшеничный	100		Чай	200	
			Хлеб пшеничный	100	

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
	Вых.		Вых.		Вых.		Вых.		Вых.
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Запеканка из творога	150	Омлет натуральный	100	Каша "Дружба"	205	Каша манная молочная жидкая	200	Запеканка из творога	200
Хлеб пшеничный	75	Чай с молоком (1 вариант)	200	Какао с молоком (1 вариант)	200	Кофейный напиток с молоком (1	200	Кофейный напиток с молоком (2	200
Повидло	20	Хлеб пшеничный	75	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50
Какао с молоком (1 вариант)	200	Сыр	20	Масло сливочное	20	Сыр	20	Повидло	20
II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК	
Апельсины	120	Бананы	200	Яблоки	200	Сок	200	Груша	200
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Щи из свежей капусты	250	Салат из белокочанной капусты	100	Суп-лапша домашняя	250	Суп картофельный с рыбными кон	250	Щи из свежей капусты	250
Картофельное пюре	200	Суп крестьянский с крупой	250	Перловка	200	Каша ячневая молочная вязкая	200	Пюре из гороха	200
Тертели рыбные	100	капуста тушенная с мясом	200	Курица в соусе с томатом	100	Рулет из говядины с яйцом (пар	75	Котлеты, биточки, шницели	75
Кисель из плодового или ягодно	200	Компот из плодов или ягод суше	200	Сельдь с гарниром	100	Кисель плод.ягод.	200	Соус томатный	20
Салат из свеклы с сыром	100	Хлеб пшеничный	100	Компот из смеси сухофруктов	200	Хлеб пшеничный	100	Салат картофельный с яблоками	100
Хлеб пшеничный	100			Хлеб пшеничный	100			Кисель плод.ягод.	200
								Хлеб пшеничный	100
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Сок	200	Пряник	20	Молоко	200	Снежок	200	Кефир	200
Ватрушка с творожным, овощным,	75	Сок	200	Кулебяка с рыбой и рисом	100	Шанежка с картофелем	60	Пирог капустный	60
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Плов из отварной говядины	200	Жаркое по-домашнему	220	Запеканка капустная с говядино	200	Азу	325	Плов из отварной птицы	210
Чай	200	Чай	200	Чай с лимоном	200	Чай	200	Овощи натуральные соленые	80
Хлеб пшеничный	100	Хлеб пшеничный	75	Хлеб пшеничный	100	Хлеб пшеничный	100	Чай	200
		Масло сливочное	20					Хлеб пшеничный	100

14-дневное меню для категории: 11-18 осенне - зимний

1 неделя

Суббота		Воскресенье	
	Вых.		Вых.
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Омлет с сыром	100	Каша молочная пшеничная (кукур	200
Какао с молоком (1 вариант)	200	Какао с молоком (2 вариант)	200
Хлеб пшеничный	75	Яйцо вареное	40
Масло сливочное	20	Хлеб пшеничный	50
II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК	
Яблоки	200	Соки овощные, фруктовые, ягодн	200
ОБЕД		ОБЕД	
Салат из морской капусты с яиц	100	Суп картофельный с мясными ф	200/35
Суп-лапша домашняя	250	Макаронные изделия отварные	200
Плов из отварной птицы	200	Голубцы ленивые	75
Кисель из плодового или ягодно	200	Соус сметанный	15
Хлеб пшеничный	100	Компот из плодов или ягод суше	200
		Хлеб пшеничный	100
		Салат из свежих помидоров и ог	100
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Хлеб пшеничный	20	Кефир	200
Повидло	35	Вафли	25
УЖИН		УЖИН	
Суп-пюре из картофеля	250	Картофельное пюре	200
Чай с молоком (1 вариант)	200	Рыба тушеная в сметанном соусе	140
Хлеб пшеничный	100	Чай	200
Сыр	20	Хлеб пшеничный	100

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Вых.		Вых.		Вых.		Вых.		Вых.	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша из "Геркулеса" вязкая	200	Омлет с мясом	75	Каша рисовая молочная жидкая	200	Каша манная молочная жидкая	200	Каша "Дружба"	200
Яйцо вареное	40	Чай с молоком (1 вариант)	200	Какао с молоком (2 вариант)	200	Кофейный напиток с молоком (1	200	Чай с молоком (1 вариант)	200
Кофейный напиток с молоком (1	200	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	100	Хлеб пшеничный	75
Хлеб пшеничный	75	Сыр	20	Сыр	20			Масло сливочное	20
Повидло	20								
II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК	
Соки овощные, фруктовые, ягодн	200	Яблоки	200	Груша	200	Яблоки	200	Сок	200
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Рассольник ленинградский	250	Суп-лапша домашняя	250	Суп картофельный с бобовыми	250	Борщ с капустой и картофелем	300	Салат из свеклы с чесноком	100
Картофельное пюре	200	Салат из моркови с изюмом	100	Каша молочная пшеничная (кукур	200	Каша гречневая рассыпчатая	200	Суп картофельный с макаронными	250
Рыба тушеная в сметанном соусе	100	Плов из отварной птицы	200	Курица в соусе с томатом	120	Котлеты, биточки, шницели	100	Каша гречневая рассыпчатая с л	200
Салат из свежих помидоров	100	Компот из смеси сухофруктов	200	Салат картофельный с зеленым г	100	Соус томатный	100	Мясо тушеное	100
Кисель из плодового или ягодно	200	Хлеб пшеничный	100	Чай с лимоном	200	Салат из свежих огурцов	100	Кисель из плодового или ягодно	200
Хлеб пшеничный	100			Хлеб пшеничный	100	Компот из смеси сухофруктов	200	Хлеб пшеничный	100
						Хлеб пшеничный	100		
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Ряженка	200	Хлеб пшеничный	50	Снежок	200	Бутерброды с джемом или повидл	20/35	Сок	200
Пряник	20	Масло сливочное	20	Сырники из творога	75	Кефир, ацидофилин, ряженка, пр	200	Печенье	60
		Какао с молоком (2 вариант)	200			Хлеб пшеничный	100		
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Каша гречневая рассыпчатая	200	Картофельная запеканка с рыбно	235	Макаронные изделия отварные	200	Макаронник (макаронная запекан	200	Суп картофельный с крупой и ры	250
Бефстроганов из отварной говяд	120	Чай	200	Печень говяжья по строгановски	110	Помидоры соленые	20	Яйцо вареное	40
Чай	200	Хлеб пшеничный	100	Чай	200	Чай (заварка)	200	Какао с молоком (1 вариант)	200
Хлеб пшеничный	100	Масло сливочное	20	Хлеб пшеничный	100			Хлеб пшеничный	100
								Сыр	20

Суббота	Вых.	Воскресенье	Вых.
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Суп молочный с крупой	250	Каша манная молочная вязкая	200
Кефирный напиток с молоком (1 вариант)	200	Какао с молоком (2 вариант)	200
Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50
Масло сливочное	20	Сыр	20
II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК	
Хурма	200	Сок	200
ОБЕД		ОБЕД	
Суп картофельный с клецками	250/30	Борщ с капустой и картофелем	250
Рыба, запеченная с картофелем п.	240	Пюре из гороха с пассерованным	200
Салат из моркови с зеленым гор	100	Колбаса вареная порциями	100
Салат овощные, фруктовые, ягодн	200	Соус томатный	10
Хлеб пшеничный	100	Салат из свеклы с сыром	100
		Хлеб пшеничный	100
		Компот из плодов или ягод суше	200
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Кефир	200	Кефир, ацидофилин, ряженка, пр	200
Хлеб пшеничный	50	Кольцо одobenое, обсыпанное сах	60
Повидло	20		
УЖИН		УЖИН	
Рыбу из птицы	200	Калуста тушеная	100
Чай с молоком (2 вариант)	200	Зразы из говядины с рисом паро	100
Хлеб пшеничный	100	Чай	200
		Хлеб пшеничный	100