

КГУ СШЛИ «Мурагер»
УО Карагандинской области

«Утверждаю»
Директор СШЛИ «Мурагер»

Н.И. Утебаев
2024 г.



**Перспективное двухнедельное меню на
2024-2025 учебный год**

Караганда 2024

1 день

ЗАВТРАК

Каша геркулес молочная

Бутерброд с маслом сливочным и с сыром

Кофе с молоком

Халва

ОБЕД

Салат из свеклы с чесноком

Борщ на к/б со сметаной

Гуляш с картофельным пюре

Компот из с/ф

Бананы

ПОЛДНИК

Печенье

Кефир

УЖИН

Салат из капусты и моркови

Тефтели с соусом и гречкой

Рыба в сметанном соусе

Сок

Яблоки

II УЖИН

Сырники

Чай с молоком

2 день

ЗАВТРАК

Каша пшенная молочная

Яйцо отварное

Бутерброд с маслом сливочным

Кофе с молоком

Конфеты

ОБЕД

Салат из моркови

Рассольник к/б со сметаной

Плов

Компот из с/ф

Бананы

ПОЛДНИК

Ватрушка с творогом

Ацидофилин

УЖИН

Салат из свеклы

Куры тушеные с картофельным пюре и соусом

Рыба с овощами

Сок

Яблоки

II УЖИН

Печенье

Чай с молоком

3 день

ЗАВТРАК

Каша пшеничная молочная
Колбаса отварная
Бутерброд с маслом сливочным
Кофе с молоком

ОБЕД

Салат из огурцов и помидоров свеж
Свекольник к/б со сметаной
Домашнее жаркое
Сок
Бананы

ПОЛДНИК

Пряники
Кефир

УЖИН

Салат из моркови
Куры духовые с рожками и соусом
Рыба жареная
Какао с молоком
Яблоки

II УЖИН

Пирог творожный
Чай с сахаром

4 день

ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная

Бутерброд с маслом сливочным и сыром

Кофе с молоком

Зефир

ОБЕД

Салат овощной сборный (картофель, свекла, огурец)

Суп фасолевый к/б со сметаной

Поджарка мясной с картофельным пюре

Компот из с/ф

Бананы

ПОЛДНИК

Сдоба венская

Ацидофилин

УЖИН

Салат из капусты и моркови

Зразы мясные с яйцом и рисом с соусом

Рыба томатном соусе

Сок

Яблоки

II УЖИН

Пряники

Чай с молоком

5 день

ЗАВТРАК

Каша манная молочная

Яйцо отварное

Бутерброд с маслом сливочным

Кофе с молоком

Конфеты

ОБЕД

Салат из свеклы с чесноком

Суп харчо к/б со сметаной

Капуста тушеная с мясом и картофельным пюре

Сок

Яблоки

ПОЛДНИК

Расстегай с курагой и изюмом

Какао с молоком

УЖИН

Салат из огурцов и помидоров свеж

Бифштекс с гречкой и соусом

Сок

Бананы

П У Ж И

Печенье

Чай с сахаром

6 день

ЗАВТРАК

- Каша кукурузная молочная
- Бутерброд с маслом сливочным и с сыром
- Кофе с молоком

ОБЕД

- Салат из капусты и моркови
- Суп картофельный с зеленым горохом со сметаной на к/б
- Гуляш с рожками
- Компот из с/ф
- Бананы

ПОЛДНИК

- Пряники
- Чай

УЖИН

- Салат из моркови
- Голубцы ленивые со соусом и картофельным пюре
- Сок
- Яблоки

II УЖИН

- Пирог творожный
- Кисель

7 день

ЗАВТРАК

Каша геркулес молочная

Бутерброд с маслом сливочным и с сыром

Кофе с молоком

ОБЕД

Салат из свеклы

Суп вермишелевый к/б с фрикадельками

Мясо тушеное с картофельным пюре

Сок

Яблоки

ПОЛДНИК

Вафли

Какао с молоком

УЖИН

Салат из капусты и моркови

Бифштекс с рисом и соусом

Сок

Апельсины

II УЖИН

Печенье

Чай

8 день

ЗАВТРАК

Каша пшенная молочная
Яйцо отварное
Бутерброд с маслом сливочным
Кофе с молоком

ОБЕД

Салат из моркови
Суп гороховый с гренками
Бефстроганов с рисом и соусом
Сок
Бананы

ПОЛДНИК

Пряники
Кефир

УЖИН

Салат из свеклы
Котлеты с картофельным пюре и соусом и тушеная капуста
Рыба с овощами
Какао с молоком
Яблоки

II УЖИН.

Сырники
Чай с молоком

9 день

ЗАВТРАК

Каша пшеничная молочная
Бутерброд с маслом сливочным и с сыром
Кофе с молоком
Конфеты

ОБЕД

Салат из свеклы
Рассольник к/б со сметаной
Гуляш с гречкой
Компот из с/ф
Бананы

ПОЛДНИК

Рулетки с творогом
Кефир

УЖИН

Салат из моркови
Куры духовые с картофельным пюре
Рыба в сметанном соусе
Сок
Яблоки

II УЖИН

Пряники
Чай с сахаром

10 день

ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная
Колбаса отварная
Бутерброд с маслом сливочным
Кофе с молоком
Зефир

ОБЕД

Салат из огурцов и помидоров свеж
Борщ на к/б со сметаной
Поджарка мясная с картофельным пюре
Сок
Бананы

ПОЛДНИК

Вафли
Кефир

УЖИН

Салат из капусты и моркови
Куры тушеные с рожками и соусом
Рыба жареная
Какао с молоком
Яблоки

II УЖИН

Пирог творожный
Чай

11 день

ЗАВТРАК

Каша кукурузная молочная
Яйцо отварное
Бутерброд с маслом сливочным
Кофе с молоком
Халва

ОБЕД

Салат из моркови
Суп гречневый со сметаной на к/б
Домашнее жаркое
Компот из с/ф
Бананы

ПОЛДНИК

Плюшка
Ацидофилин

УЖИН

Салат из свеклы
Бифштекс с рисом и с соусом
Рыба духовая
Сок
Яблоки

II УЖИН

Пряники
Чай с молоком

12 день

ЗАВТРАК

Каша манная молочная

Бутерброд с маслом сливочным и с сыром

Кофе с молоком

Конфеты

ОБЕД

Салат овощной сборной (картофель, свекла, огурец)

Суп фасолевый на к/б со сметаной

Плов

Компот с/ф

Бананы

ПОЛДНИК

Пряники

Какао с молоком

УЖИН

Салат из моркови

Биточки с капустой тушеной и картофельным пюре

Сок

Апельсины

II УЖИН

Печенье

Чай с сахаром

13 день

ЗАВТРАК

Каша пшенная молочная

Бутерброд с маслом сливочным и с сыром

Кофе с молоком

Зефир

ОБЕД

Салат из моркови с чесноком

Суп вермишелевый с фрикадельками на к/б

Бефстроганов с картофельным пюре

Сок

Апельсины

ПОЛДНИК

Вафли

Чай с молоком

УЖИН

Салат из капусты и моркови

Зразы мясные с яйцом и гречкой с соусом

Сок

Яблоки

II УЖИН

Печенье

Кисель

14 день

ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная
Яйцо отварное
Бутерброд с маслом сливочным
Кофе с молоком

ОБЕД

Салат из моркови
Суп рисовый на к/б
Мясо тушеное с рожками
Компот с/ф
Бананы

ПОЛДНИК

Печенье
Сок

УЖИН

Салат из свеклы
Запеканка картофельно-мясная с соусом
Огурец соленый
Кисель
Яблоки

II УЖИН.

Пряники
Чай с сахаром