


«Утверждаю»

Директор

КГУ «Специальная

школа №2» акимата

города Нур-Султан

 Б.С.Каримжанов

КГУ «Специальная школа №2»

Меню на 10 дней

г. Нур-Султан 2020 год

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ

| № | Наименование блюд | Выход готовой блюда |
|----|--|--|
| 2 | Второй завтрак • Йогурт питьевой | 200 |
| 3. | Обед • Суп гороховый на к/ бульоне • Котлеты с макаронами • Салат из свежих овощей • Компот • Хлеб пшеничный, ржаной | 350 250 55/55/8 200 150/40 |
| 4. | Полдник • Сок • Вафли | 200 25 |

ВТОРОЙ ДЕНЬ

| № | Наименование блюд | Выход готовой блюда |
|----|--|---------------------------------------|
| 2 | Второй завтрак • Бананы | 200 |
| 3. | Обед • Борщ на м/к бульоне • Плов • Морковный салат на р/м • Кисель • Хлеб пшеничный ,ржаной . | 350 250 70 200 150/40/250 |
| 4. | Полдник • Какао на молоке • Пирожки с картофелем | 200 50 |

ТРЕТИЙ ДЕНЬ

| № | Наименование блюд | Выход готовой блюда |
|----|---|--------------------------------------|
| 2 | Второй завтрак • Апельсины | 250 |
| 3. | Обед • Лапша на курином бульоне • Гуляш со сложным гарниром(горох,капуста тушенная) • Гарнировка кукурузой • Сладкий чай с лимоном, конфеты • Хлеб пшеничный, ржаной. | 350 250 25 200/25 150/40 |
| 4. | Полдник • Витаминизированное молоко • Печенье | 200 25 |

ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ

| № | Наименование блюд | Выход готовой блюда |
|----|--|--------------------------------------|
| 2 | Второй завтрак • Сок | 200 |
| 3. | Обед • Солянка на к/ бульоне • Рыба запеченная с припущенным рисом • Салат свекольный с сыром • Компот • Пшеничный и ржаной хлеб | 350 250 70/15 200 150/40 |
| 4. | Полдник • Кофе с молоком • Пряники | 200 40 |

ПЯТЫЙ ДЕНЬ

| № | Наименование блюд | Выход готовой блюда |
|----|---|-----------------------------------|
| 2 | Второй завтрак • Яблоки | 250 |
| 3. | Обед • Суп свекольный со сметаной на к / бульоне • Картофельное пюре с печенью • Гарнировка соленными огурцами • Кисель • Ржаной / пшеничный хлеб | 350 250 40 200 40/150 |
| 4. | Полдник • Булочки с курагой или джемом • Сок | 50 200 |

ШЕСТОЙ ДЕНЬ

| № | Наименование блюд | Выход готовой блюда |
|----|---|---|
| 2 | Второй завтрак • Творожок | 100 |
| 3. | Обед • Рассольник на м/к бульоне • Лагман (редька, сл. перец) • Чай сладкий с лимоном, конфеты • Пшеничный и ржаной хлеб | 350 250 55/55 200/25 150/40 |
| 4. | Полдник • Какао на молоке • Вафли | 200 25 |

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

| № | Наименование блюд | Выход готовой блюда |
|----|--|------------------------------|
| 2 | Второй завтрак • Мандарины | 250 |
| 3. | Обед • Суп «Харчо» на мясном бульоне • Бигус с мясом • Кисель • Пшеничный/ржаной хлеб | 350 250/ 200 40/150 |
| 4. | Полдник • Сок • Пряники | 200 40 |

ВОСЬМОЙ ДЕНЬ

| № | Наименование блюд | Выход готовой блюда |
|----|--|--|
| 2 | Второй завтрак • Кефир | 200 |
| 3. | Обед • Суп вермишелевый с фрикадельками • Гуляш с гречневым гарниром • Салат овощной (капуста, морковь) • Чай с лимоном .Конфеты. • Пшеничный и ржаной хлеб. | 350 250 55/55 200/25 150/40 250 |
| 4. | Полдник • Кофе с молоком • Пирог сяблоками(Шарлотка) | 200 50 |

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ

| № | Наименование блюд | Выход готовой блюда |
|----|--|---|
| 2 | Второй завтрак • Молоко витаминизированное | 200 |
| 3. | Обед • Суп крестьянский на м/к бульоне • Рыба с картофельным пюре • Салат свекольный с сыром • Компот • Пшеничный и ржаной хлеб • Апельсины | 350 250 70/15 200 100/40 250 |
| 4. | Полдник • Сок • Вафли | 200 25 |

ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ

| № | Наименование блюд | Выход готовой блюда |
|----|--|-----------------------------------|
| 2 | Второй завтрак • Яблоки | 250 |
| 3. | Обед • Борщ на м/к бульоне • Плов • Салат морковный на растительном масле • Кисель • Пшеничный и ржаной хлеб | 350 250 70 200 150/40 |
| 4. | Полдник • Какао с молоком • Творожная запеканка | 200 50 |

Подготовила: врач К ГУ «СШ №2»



Кайркенова А.К.