

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа интернат "Ступень"
Директор: [подпись]
Утверждено: [подпись]
Фруткина Т. И.

Меню 1 Февраля 2022г. Д/с

Наименование блюда	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Салат из моркови	60	50.89
Омлет натуральный	120	196.23
Какао с молоком	180	135.97
Батон нарезной	30	89.18
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Огурец консервированный	50	4.58
Суп картофельный с бобовым	200	127.30
Картофельная запеканка с мя	180	329.20
Соус томатный	30	18.28
Компот из свежих плодов или ягод	180	71.25
Хлеб ржаной	50	80.82
ПОЛДНИК		
Кефир	180	143.33
Булочка "Домашняя"	70	209.56
УЖИН		
Котлеты рыбные	80	102.12
Рагу из овощей с соусом сметанным	150	142.92
Чай с сахаром	180	55.24
Хлеб пшеничный	50	101.24

Итого калорийность: 1858.11 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий Центр
ВООЗ

МЕНЮ

МАСУ "Адаптивная школа-интернат "Сгуляны"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

2 Февраля 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная вязкая	200	281.67
Сыр порц.	10	35.56
Кофейный напиток с молоком	180	93.45
Батон нарезной	40	91.12
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	87.16
Рыба тушеная в томате с овощами	140	155.52
Макаронные изделия отварны	130	184.08
Компот из смеси сухофруктов	180	214.81
Хлеб ржаной	50	82.58
ПОЛДНИК		
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.	180	97.10
Печенье	2	189.53
Яблоко	1	53.28
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.40
Свекла тушеная в молочном соусе	200	166.83
Чай с сахаром	180	55.55
Хлеб пшеничный	50	140.15

Итого калорийность: 1959.79 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий Центр
СОСОО

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

2 Февраля 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная вязкая	200	281.67
Сыр порц	10	35.56
Кофейный напиток с молоком	180	93.45
Батон нарезной	40	91.12
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	87.16
Рыба тушеная в томате с овощами	140	155.52
Макаронные изделия отварны	130	184.08
Компот из смеси сухофруктов	180	214.81
Хлеб ржаной	50	82.58
ПОЛДНИК		
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.	180	97.10
Печенье	2	189.53
Яблоко	1	53.28
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.40
Свекла тушеная в молочном соусе	200	166.83
Чай с сахаром	180	55.55
Хлеб пшеничный	50	140.15

Итого калорийность: 1959.79 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий Центр
СОСОО

МЕНЮ



ААОУ "Адаптивная интернат "Ступени" Утверждаю:
 Директор Кругикова Т. Н.
Меню 3 Февраля 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	236.67
Сыр порц	10	35.56
Кофейный напиток с молоком	180	95.59
Батон нарезной	30	89.18
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат витаминный	50	72.71
Борщ с капустой и картофелем	200/8	100.06
Печень говяжья по-строгановс	100	226.74
Картофельное пюре	130	128.96
Напиток морковно-яблочный	180	55.45
Хлеб ржаной	50	80.82
ПОЛДНИК		
Кефир	180	152.27
Булочка "Розовая"	70	209.19
УЖИН		
Запеканка капустная	200	239.77
Соус молочный к блюдам	30	27.30
Чай с сахаром	180	56.07
Хлеб пшеничный	50	109.72

Итого калорийность: 1916.06 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий
 Центр
 соеос

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная ин-интернат "Ступени" Утверждаю:
 Директор Крутикова Т. Н.
Меню 4 Февраля 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша гречневая молочная	200/5	279.73
Сыр порц.	10	35.56
Батон нарезной	40	89.18
Кофейный напиток с молоком	180	93.89
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с солен огурцами	50	64.06
Суп картофельный с рыбой	200	143.96
Плов из отварной говядины	200	371.33
Хлеб ржаной	50	80.82
Компот из смеси сухофруктов	180	218.10
ПОЛДНИК		
Йогурт питьевой	170.22	94.04
Печенье	1	142.90
Яблоко	1	40.81
УЖИН		
Рагу овощное	150	206.35
Запеканка из печени с рисом	70	220.47
Чай с сахаром	180	56.09
Хлеб пшеничный	50	109.75

Итого калорийность: 2247.03 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий
 Центр
 СОБЕС

МЕНЮ

Место: "Детский садик №1" (С.С.С.Р.)

Дата: 7 февраля 2022г.

Меню 7 февраля 2022г.

Наименование Блюда	Выход блюда	
	Вес, гр.	Калор. эк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный рисовый	200	948.29
Сыр тофу	10	31.19
Какао с молоком	180	125.21
Батон нарезной	30	93.17
10 ЧАСОВ		
Сог. фруктовый	100	
ОБЕД		
Икра кабачковая	48	50.56
Савошник	200/8	101.56
Котлеты из говядины	71	196.28
Соус томатный	30	16.86
Каша гречневая рассыпчатая	120	203.70
Компот из смеси сухофруктов	180	216.86
Хлеб ржаной	50	84.41
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180	83.18
Шанежка с картофелем	70	264.14
УЖИН		
Рыба запеченная с яйцом	70	176.80
Картофельное пюре	150	150.92
Чай с сахаром	180	66.91
Хлеб пшеничный	50	79.18

Итого калорийность: 2677.22 Ккал.



РАНОК

Творческий Центр

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная ин-интернат "Ступени"

Утверждено:

Директор

Крутикова Т. И.

Меню

8 Февраля 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша "Дружба"	200	181.72
Сыр порц	10	35.56
Батон нарезной	30	93.17
Кофейный напиток с молоком	180	93.01
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Суп - пюре из разных овощей	200	85.24
Огурец консервированный	50	5.45
Жаркое по-домашнему	200	309.57
Компот из свежих плодов или ягод	180	71.08
Хлеб ржаной	50	112.54
ПОЛДНИК		
Кефир	180	149.68
Яблоко	1	53.28
Печенье	2	166.84
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.03
Винегрет овощной	200	165.60
Чай с сахаром	180	55.93
Хлеб пшеничный	50	114.60

Итого калорийность: 1725.30 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий
Центр
создаёт

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор  Мухомова Т. Н.

Меню 9 Февраля 2022г. Д/с

Наименование блюда	Выход блюда	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная жидкая	200	192.87
Сыр порци	10	35.56
Кофейный напиток с молоком	180	92.97
Батон нарезной	30	97.49
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат витаминный	50	71.68
Суп картофельный с бобовым	200	127.52
Котлеты рыбные любительски	80	119.44
Картофельное пюре	150	149.82
Компот из смеси сухофруктов	180	216.29
Хлеб ржаной	50	88.34
ПОЛДНИК		
Булочка "молочная"	70	223.23
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	180	94.19
УЖИН		
Запеканка из творога	170	388.64
Соус кисельный	50	4.69
Чай с молоком	180	82.79
Хлеб пшеничный	50	105.20

Итого калорийность: 2090.72 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий
Центр


МЕНЮ

МАДОУ "Адаптивная ин-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Другинова Т. Н.

Меню 10 Февраля 2022г. Д/с

Наименование блюда	Выход блюда	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша пшеничная молочная жидк	200	256.11
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.03
Кофейный напиток с молоком	180	93.00
Батон нарезной	30	89.88
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с солен огурцами	50	62.18
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	91.38
Котлеты, куриные припущенн	70	298.70
Капуста тушеная	150	103.93
Напиток морковно-яблочный	180	54.86
Хлеб ржаной	50	84.41
ПОЛДНИК		
Кефир	180	130.97
Печенье	2	126.97
Яблоко	1	48.44
УЖИН		
Овощи, припущенные в молочном соусе	230	223.25
Чай с сахаром	180	56.81
Хлеб пшеничный	50	83.87

Итого калорийность: 1816.59 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий
Центр
ОБРАЗ