

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор Коулкова Т. Н.

Меню 16 Мая 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша манная молочная жидка	200	200.46
Кофейный напиток с молоком	180	93.49
Сыр сычужный твердый порци	10	35.56
Батон нарезной	40	104.80
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Икра кабачковая	50	59.25
Рассольник "Ленинградский"	200/8	114.31
Котлеты из говядины	70	161.76
Соус томатный	30	18.10
Каша гречневая рассыпчатая	120	203.59
Компот из плодов или ягод сушенных	180	184.64
Хлеб ржаной	50	97.40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Молоко кипяченое	180	107.98
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	53.28
<b>УЖИН</b>		
Рыба запеченая с яйцом	70	168.86
Картофельное пюре	150	148.25
Чай с сахаром	180	35.82
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2048.15 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия

# МЕНЮ

ОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Медикова Т. Н.

Меню

17 Мая 2022г.

Д/с

Наименование блюд Выход блюд  
Вес, гр. Калор, кк.

## ЗАВТРАК

Омлет натуральный	120	194.98
Овощи отварные	60	22.75
Какао с молоком	180	121.65
Батон нарезной	40	104.80

## 10 ЧАСОВ

Сок фруктовый	100	
---------------	-----	--

## ОБЕД

Огурец консервированный	50	5.45
Суп картофельный с бобовым	200	115.94
Картофельная запеканка с мяс	180	341.00
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	43.59
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.85
Хлеб ржаной	50	97.40

## ПОЛДНИК

Кефир	180	156.60
Булочка "молочная"	70	220.80

## УЖИН

Овощи, припущенные в молочном соусе	230	193.46
Чай с сахаром	180	35.98
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1818.01 Ккал.



РАНОК

# МЕНЮ

ОАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

## Меню

18 Мая 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша рисовая молочная жидкая	200	210.78
Сыр порц.	8	28.45
Батон нарезной	40	102.23
Кофейный напиток с молоком	180	93.39
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	85.74
Рыба тушеная в томате с овощами	140	161.81
Макаронные изделия отварные	150	210.97
Компот из плодов или ягод сушеных	180	183.01
Хлеб ржаной	50	92.65
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.	180	108.93
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	53.28
<b>УЖИН</b>		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.03
Свекла тушеная в молочном соусе	200	163.13
Чай с сахаром	180	36.05
Хлеб пшеничный	40	94.32

Итого калорийность: 1823.61 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школьная интернат "Ступени"

Утверждаю

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

19 Мая 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша молочная геркулесовая вязкая	200	235.06
Чай с молоком	180	62.77
Масло сливочное	5	28.30
Батон нарезной	30	82.74
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из квашеной капусты с луком	50	35.81
Борщ с капустой и картофелем	200/8	97.47
Печень говяжья по-строгановски	100	229.36
Картофельное пюре	150	149.94
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.51
Хлеб ржаной	50	99.97
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	177.25
Булочка "молочная"	70	221.37
<b>УЖИН</b>		
Запеканка из творога	150	362.33
Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	42.56
Хлеб пшеничный	50	135.72
Молоко сгущенное	30	98.40

Итого калорийность: 2128.56 Ккал.



# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

20 Мая 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша гречневая молочная вяз	200	202.23
Сыр сычужный твердый порци	8	28.45
Кофейный напиток с молоком	180	93.37
Батон нарезной	40	82.74
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Огурец консервированный	30	3.27
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	90.92
Котлеты, куриные припущенн	70	248.04
Рагу овощное	150	226.14
Компот из плодов или ягод сушеных	180	183.01
Хлеб ржаной	50	99.97
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.	180	125.26
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	53.28
<b>УЖИН</b>		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.40
Винегрет овощной	200	164.85
Напиток морковно-яблочный	180	53.76
Хлеб пшеничный	40	105.48

Итого калорийность: 1959.01 Ккал.

