

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутилова Т. Н.

Меню 19 Сентября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный рисовый	200	155.62
Сыр сычужный твердый порци	10	35.20
Какао с молоком	180	124.82
Батон нарезной	40	91.12
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Икра кабачковая	50	51.52
Свекольник	200/10	102.94
Суфле из кур	80	412.57
Макароны отварные с овощам	150	195.04
Компот из смеси сухофруктов	180	208.28
Хлеб ржаной	50	110.10
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180	124.46
Шанежка с картофелем	70	266.10
УЖИН		
Рыба запеченая с яйцом	90	185.03
Картофельное пюре	150	149.76
Чай с сахаром	180	40.00
Хлеб пшеничный	40	168.16

Итого калорийность: 2420.72 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

20 Сентября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша "Дружба"	200	198.48
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	40/5	120.55
Какао с молоком	180	123.49
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Суп - пюре из разных овощей	200	84.38
Огурец консервированный	50	5.45
Жаркое по-домашнему	200	310.86
Компот из свежих плодов или ягод	175	52.53
Хлеб ржаной	50	110.10
ПОЛДНИК		
Кефир	180	183.03
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	55.98
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.66
Свекла тушеная в молочном соусе	220	176.36
Чай с сахаром	180	36.54
Хлеб пшеничный	40	112.11

Итого калорийность: 1769.36 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

21 сентября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	199/5	199.80
Сыр сычужный твердый порци	10	35.20
Батон нарезной	40	80.62
Кофейный напиток с молоком	180	94.65
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с чесноком	50	67.87
Суп картофельный с бобовым	200	115.45
Котлеты рыбные любительски	80	113.22
Картофельное пюре	150	149.66
Компот из смеси сухофруктов	180	209.21
Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК		
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.	180	90.94
Сдоба обыкновенная	70	229.10
УЖИН		
Голубцы овощные	200	229.70
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	42.87
Чай с сахаром	180	36.93
Хлеб пшеничный	40	134.33

Итого калорийность: 1926.95 Ккал.



РАНОК наглядно по

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная олимпиада «Ступени»

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню 22 Сентября 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша пшенная молочная жидк	200	230.07
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	20/5	110.65
Батон нарезной	20	2.10
Чай с сахаром	180	36.81
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат картофельный с зелень	50	76.00
горошком		
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	90.64
Котлеты, куриные припущенн	70	248.80
Калуста тушеная	150	147.33
Компот из свежих плодов или ягод	180	56.33
Хлеб ржаной	50	101.30
ПОЛДНИК		
Кефир	180	168.39
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	53.28
УЖИН		
Сырники из творога	150	332.28
Молоко сгущеное	30	99.71
Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	7.19
Хлеб пшеничный	40	123.76

Итого калорийность: 2051.48 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор:



Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню 23 Сентября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК			
Каша ячневая молочная вязка	200		237.04
Сыр сычужный твердый порци	10		35.20
Кофейный напиток с молоком	180		94.29
Батон нарезной	30		83.84
10 ЧАСОВ			
Сок фруктовый	100		
ОБЕД			
Салат из моркови и яблок	50		43.54
Рассольник "Домашний"	200/10		107.55
Печень говяжья по-строганово	100		232.51
Картофель отварной	130		133.29
Компот из смеси сухофруктов	180		206.62
Хлеб ржаной	50		101.30
ПОЛДНИК			
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.	180		122.40
Сдоба обыкновенная	70		229.48
УЖИН			
Яйцо вареное (1/2)	1/2		34.54
Винегрет овощной	200		161.52
Чай с сахаром	180		36.81
Хлеб пшеничный	50		103.14

Итого калорийность: 1963.07 Ккал.



РАНОК наглядные пособия