

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

1 Сентября 2022г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	229.24
Сыр сычужный твердый порции	10	35.20
Чай с молоком	180	63.64
Батон нарезной	40	87.35

10 ЧАСОВ

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

ОБЕД

Салат витаминный	50	69.52
Борщ с капустой и картофелем	200/8	99.26
Печень говяжья по-строгановски	100	235.10
Картофельное пюре	130	131.11
Компот из смеси сухофруктов	180	215.71
Хлеб ржаной	50	105.52

ПОЛДНИК

Кефир	180	210.49
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	53.28

УЖИН

Запеканка из творога	150	433.47
Молоко сгущенное	52.08	155.80
Напиток морковно-яблочный	180	54.66
Хлеб пшеничный	40	107.43

Итого калорийность: 2453.62 Ккал.



РАНОК

наглядные
пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

2 Сентября 2022г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК		
Каша гречневая молочная	200/5	251.70
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.40
Кофейный напиток с молоком	180	93.91
Батон нарезной	40	87.32
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с солен огурцами	50	64.88
Суп картофельный с рыбой	200	145.54
Плов из отварной говядины	200	370.24
Компот из смеси сухофруктов	180	218.27
Хлеб ржаной	50	105.50
ПОЛДНИК		
Йогурт питьевой	185.83	184.16
Ватрушка с творогом	60	212.67
УЖИН		
Овощи, припущенные в молочном соусе	220	150.30
Чай с сахаром	180	56.61
Хлеб пшеничный	40	107.43

Итого калорийность: 2079.93 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. И.

Меню

5 Сентября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный рисовый	200	155.62
Сыр порционный	10	35.56
Какао с молоком	180	132.68
Батон нарезной	30	91.12
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Свекольник	200/8	99.97
Икра кабачковая	50	56.68
Суфле из кур	70	361.69
Соус томатный	30	18.58
Макаронные изделия отварны	130	182.89
Компот из смеси сухофруктов	180	216.10
Хлеб ржаной	50	110.10
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180	127.20
Шанежка с картофелем	70	263.44
УЖИН		
Рыба запеченая с яйцом	70	170.76
Картофельное пюре	150	147.27
Чай с сахаром	180	55.57
Хлеб пшеничный	50	112.11

Итого калорийность: 2337.34 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Администрация санатория "Славянка" Утверждено

Директор *И.И.И.* Золотых Т.И.

Меню 6 Сентября 2022г. №

Наименование блюда	Выход блюда	
	Вес, гр.	Калор. кк.
ЗАВТРАК		
Каша "Дружба"	200	190.13
Какао с молоком	180	135.11
Батон нарезаной	40	97.49
Сыр сычужный твердый порци	10	35.56
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Огурец консервированный	50	5.45
Суп - пюре из разных овощей	200	66.84
Жаркое по-домашнему	200	307.66
Компот из свежих плодов	180	132.83
Хлеб ржаной	50	88.34
ПОЛДНИК		
Кефир	180	156.83
Печенье	2	164.92
Яблоко	1	57.93
УЖИН		
Свекла тушенная в молочном соусе	200	163.00
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.40
Чай с сахаром	180	36.25
Хлеб пшеничный	40	89.94

Итого калорийность: 1779.48 Ккал.



РАНОК

НАПЛЕДИ

МЕНЮ

МБОУ "Административная гимназия "Ступени"

Утверждаю

Директор

Круглова Т. Н.

Меню

7 Сентября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная жидкая	200	212.05
Кофейный напиток с молоком	180	93.91
Сыр сычужный твердый порци	10	35.56
Батон нарезной	40	89.81
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с чесноком	60	77.07
Суп картофельный с бобовым	200	115.79
Котлеты рыбные любительски	80	125.08
Картофельное пюре	150	141.25
Компот из плодов или ягод сушеных	180	186.59
Хлеб ржаной	50	108.52
ПОЛДНИК		
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.	180	97.57
Булочка "Розовая"	70	205.23
УЖИН		
Голубцы овощные	200	220.25
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	46.04
Чай с сахаром	180	39.97
Хлеб пшеничный	40	133.28

Итого калорийность: 1927.97 Ккал.



РАНОК

наглядные
пособия



МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

8 Сентября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша "Дружба"	200	185.77
Чай с молоком	180	67.04
Масло сливочное	5	29.15
Батон нарезной	40	95.26
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	90.23
Котлеты, куриные припущенн	70	248.51
Капуста тушеная	150	144.02
Компот из свежих плодов или ягод	180	71.75
Хлеб ржаной	50	115.11
Салат картофельный с зелень	50	69.39
горошком		
ПОЛДНИК		
Кефир	180	178.58
Яблоко	1	53.28
Печенье	2	166.84
УЖИН		
Сырники творожные, запечены	150	337.09
Молоко сгущеное	28.49	113.32
Напиток морковно-яблочный	180	51.99
Хлеб пшеничный	40	86.66

Итого калорийность: 2103.99 Ккал.



РАНОК наглядные пособия



МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

9 Сентября 2022г.

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Д/с

Меню

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

ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная вязка	200	238.91
Кофейный напиток с молоком	180	94.55
Сыр сычужный твердый порци	10	41.25
Батон нарезной	40	72.50

10 ЧАСОВ

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

ОБЕД

Салат из моркови и яблок	50	62.46
Рассольник "Домашний"	200	119.66
Печень говяжья по-строгановс	100	231.62
Картофель отварной	130	133.29
Компот из плодов или ягод сушеных	180	181.77
Хлеб ржаной	50	87.66

ПОЛДНИК

Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.	180	114.02
Сдоба обыкновенная	60	191.63

УЖИН

Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.40
Винегрет овощной	200	165.60
Чай с сахаром	180	37.30
Хлеб пшеничный	40	133.61

Итого калорийность: 1937.23 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творч
соеос