

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор *К. П. П.* Крутикова Т. Н.

Меню 26 Сентября 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	156.19
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.66
Батон нарезной	40	72.26
Кофейный напиток с молоком	180	93.21
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Икра кабачковая	47.93	61.29
Рассольник "Ленинградский"	200	97.56
Котлеты из говядины	70	162.19
Соус томатный	30	20.69
Каша гречневая рассыпчатая	120	136.20
Компот из плодов или ягод сушеных	180	188.07
Хлеб ржаной	50	130.98
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180	120.20
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	54.04
УЖИН		
Рыба, запеченная в омлете	90	207.71
Картофельное пюре с морковью	150	136.62
Чай с сахаром	180	35.88
Хлеб пшеничный	40	142.26

Итого калорийность: 2014.85 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий Центр
СДЕС

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор Крутикова Т. Н.

Меню 27 Сентября 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Пудинг из творога с рисом	150	344.87
Соус кисельный	50	17.48
Какао с молоком	180	141.11
Батон нарезной	40	83.84
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Огурец консервированный	50	5.71
Суп картофельный с бобовым	200	114.98
Картофельная запеканка с мяс	200	416.90
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	43.59
Компот из свежих плодов или ягод	180	70.22
Хлеб ржаной	50	101.30
ПОЛДНИК		
Кефир	180	168.40
Булочка "молочная"	70	220.15
УЖИН		
Овощи, припущенные в молочном соусе	230	196.50
Чай с сахаром	180	36.81
Хлеб пшеничный	40	154.70

Итого калорийность: 2116.56 Ккал.



МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню 28 Сентября 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Омлет натуральный	120	197.49
Салат из моркови и яблок	50	64.26
Кофейный напиток с молоком	180	89.49
Батон нарезной	30	83.84
ОБЕД		
Салат из свеклы с чесноком	50	66.13
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/35	137.36
Рыба припущенная в молоке	100	157.00
Макаронные изделия отварны	130	182.68
Компот из свежих плодов или ягод	180	71.83
Хлеб ржаной	50	101.30
ПОЛДНИК		
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.	180	105.08
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	53.28
УЖИН		
Залеканка из печени с рисом	80	222.10
Капуста тушеная	150	146.15
Хлеб пшеничный	50	154.70
Чай с сахаром	180	40.00

Итого калорийность: 2039.53 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная инклюзивная школа "Ступени" Утверждаю:
Директор Крутикова Т. Н.
29 Сентября 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	216.32
Сыр сычужный твердый порци	10	35.20
Чай с молоком	180	63.33
Батон нарезной	40	95.26
ОБЕД		
Салат витаминный	50	70.44
Борщ с калустой и картофелем	200/8	99.09
Печень говяжья по-строгановски	100	243.65
Картофельное пюре	130	132.34
Компот из смеси сухофруктов	180	213.76
Хлеб ржаной	60	115.11
ПОЛДНИК		
Кефир	180	153.08
Булочка "Розовая"	70	202.59
УЖИН		
Запеканка из творога	150	333.95
Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	43.03
Молоко сгущеное	50	169.97
Хлеб пшеничный	40	117.20

Итого калорийность: 2304.32 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий Центр
СОСОО

МЕНЮ

Меню 30 Сентября 2022г.

Наименование блюда	Витный блюед	
	Вкл. др.	Калор. ед.
ЗАВТРАК		
Каша гречневая молочная	200/5	243,08
Сыр сулунский твердый порки	10	35,20
Кофейный напиток с молоком	180	62,88
Батон нарезной	40	95,28
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с солен. огурцами	50	65,14
Суп картофельный с рыбой	200	146,80
Плов из степной говядины	230	422,11
Компот из смеси сухофруктов	180	221,28
Хлеб ржаной	50	115,11
ПОЛДНИК		
Кефир, йогурт, простокваша, ряженка	180	100,37
Печенье	2	166,34
Яблоко	1	63,28
УЖИН		
Ябло вареное (1/2)	1/2	31,40
Салат картофельный с огурцами солеными или кваш.	200	201,96
Чай с сахаром	180	56,33
Хлеб пшеничный	40	117,20
Итого калорийность: 2164,08 Ккал.		



РАНОК наглядные пособия

Творческий Центр