

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

1 Ноября 2022г.

Д/с

Наименование блюда	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Пудинг из творога с рисом	150	346.59
Соус кисельный	50	17.24
Какао с молоком	180	146.50
Батон нарезной	40	65.50
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из моркови	50	68.22
Суп картофельный с бобовым	200	115.11
Картофельная запеканка с мяс	200	435.46
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	44.94
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.57
Хлеб ржаной	50	118.71
ПОЛДНИК		
Кефир	180	131.56
Булочка "молочная"	70	224.28
УЖИН		
Овощи, припущенные в молочном соусе	230	197.34
Чай с сахаром	180	37.55
Хлеб пшеничный	40	161.15

Итого калорийность: 2179.72 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Твор
свое

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная ин-интернат "Ступени"

Директор

Крутикова Т. Н.

Утверждаю:

Меню

2 Ноября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Омлет натуральный	120	204.11
Салат из моркови и яблок	50	66.78
Кофейный напиток с молоком	180	103.87
Батон нарезной	30	63.54
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с чесноком	50	68.93
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/35	137.78
Рыба припущенная в молоке	100	157.70
Макаронные изделия отварны	130	182.84
Компот из свежих плодов или ягод	180	71.48
Хлеб ржаной	50	115.11
ПОЛДНИК		
Кефир	180	127.57
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	53.28
УЖИН		
Залепанка из печени с рисом	80	210.44
Капуста тушеная	150	145.22
Хлеб пшеничный	50	156.27
Чай с сахаром	180	40.02

Итого калорийность: 2071.78 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Солнышко"
Директор *Круглова Т. И.* Утверждаю:
Круглова Т. И.
Меню 3 ноября 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	208.07
Сыр сычужный твердый порци	10	35.20
Чай с молоком	180	62.72
Батон нарезной	40	74.85
ОБЕД		
Салат витаминный	50	69.52
Борщ с капустой и картофелем	200/8	97.30
Печень говяжья по-строгановс	100	232.38
Картофельное пюре	130	131.80
Компот из смеси сухофруктов	180	212.84
Хлеб ржаной	50	135.68
ПОЛДНИК		
Кефир	180	150.34
Булочка "Розовая"	70	201.72
УЖИН		
Запеканка из творога	150	341.36
Соус кисельный	50	16.06
Напиток морковно-яблочный	180	53.61
Хлеб пшеничный	40	138.18


Итого калорийность: 2161.63 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор  Крутикова Т. Н.

Меню 7 Ноября 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный рисовый	200	157.54
Сыр сычужный твердый порци	10	35.45
Кофейный напиток с молском	180	93.89
Батон нарезной	40	69.88
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из моркови	50	65.75
Свекольник	200/10	113.48
Суфле из кур	80	415.59
Макароны отварные с овощам	150	194.81
Компот из смеси сухофруктов	180	208.46
Хлеб ржаной	50	84.41
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180	113.33
Шанежка с картофелем	70	269.41
УЖИН		
Рыба запеченая с яйцом	90	186.87
Картофельное пюре	150	149.95
Чай с сахаром	180	39.98
Хлеб пшеничный	40	128.92

Итого калорийность: 2327.72 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор Крутикова Т. Н.

Меню 8 Ноября 2022г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша "Дружба"	200	194.45
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	40/5	107.01
Какао с молоком	180	123.43
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Суп - пюре из разных овощей	200	85.96
Огурец консервированный	50	6.06
Жаркое по-домашнему	200	383.79
Компот из свежих плодов или ягод	180	51.64
Хлеб ржаной	50	140.70
ПОЛДНИК		
Кефир	180	155.92
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	55.91
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.66
Свекла тушенная в молочном соусе	220	179.16
Чай с сахаром	180	35.61
Хлеб пшеничный	40	143.27

Итого калорийность: 1862.41 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:
Крутикова Т. Н.

Меню

9 ноября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	199/5	188.65
Батон нарезной	40	74.83
Кофейный напиток с молском	180	94.63
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из белокочанной капусты с яблоками	50	64.28
Суп картофельный с бобовым	200	114.81
Котлеты рыбные любительски	80	113.26
Картофельное пюре	150	150.81
Компот из смеси сухофруктов	180	209.06
Хлеб ржаной	50	90.43
ПОЛДНИК		
Кефир	150	150.34
Сдоба обыкновенная	70	229.02
УЖИН		
Голубцы овощные	200	233.06
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	41.58
Чай с сахаром	180	37.16
Хлеб пшеничный	40	123.06

Итого калорийность: 1914.98 Ккал.



РАНОК нагл

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

10 Ноября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша пшеничная молочная жидк	200	245.30
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	20/5	102.86
Чай с сахаром	180	37.16
Батон нарезной	20	1.86
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат картофельный с зеленью и горошком	50	70.78
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	90.96
Котлеты, куриные припущенные	70	229.44
Капуста тушеная	150	146.81
Компот из свежих плодов или ягод	180	56.38
Хлеб ржаной	50	90.45
ПОЛДНИК		
Кефир	180	150.34
Печенье	2	166.84
Яблоко	1	53.28
УЖИН		
Сырники из творога	150	317.07
Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	7.19
Хлеб пшеничный	40	153.23



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Кругликва Т. Н.

Меню

11 ноября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная вязкая	200	230.08
Сыр сычужный твердый порци	10	35.20
Кофейный напиток с молоком	180	93.35
Батон нарезной	30	74.88
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из моркови и яблок	50	48.19
Рассольник "Домашний"	200/10	106.68
Печень говяжья по-строгановс	100	220.48
Картофель отварной	130	133.78
Компот из смеси сухофруктов	180	207.34
Хлеб ржаной	50	90.45
ПОЛДНИК		
Кефир	180	150.35
Сдоба обыкновенная	70	232.16
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	36.42
Винегрет овощной	200	161.58
Чай с сахаром	180	37.16
Хлеб пшеничный	50	138.13

Итого калорийность: 1996.23 Ккал.



РАНОК наглядные пособия