

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Сатурни"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

**Меню**

1 декабря 2022г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

**ЗАВТРАК**

Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 200 214.59

Сыр сычужный твердый порции 10 35.20

Батон нарезной 40 80.62

Чай с молоком 180 63.92

**10 ЧАСОВ**

Сок фруктовый 100

**ОБЕД**

Салат витаминный 50 43.61

Борщ с капустой и картофелем 200/8 93.81

Печень говяжья по-строгановски 100 215.28

Картофельное пюре 150 148.97

Компот из плодов или ягод сушеных 180 188.85

Хлеб ржаной 50 97.40

**ПОЛДНИК**

Кефир 180 161.65

Булочка "Розовая" 70 202.60

**УЖИН**

Запеканка из творога 150 358.38

Соус кисельный 50 4.65

Напиток морковно-яблочный 180 54.93

Хлеб пшеничный 50 108.20

Итого калорийность: 2072.66 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Н.

Меню

2 Декабря 2022г.

Д/с

| Наименование блюд                                    | Выход блюд<br>Вес, гр. | Калор, кк. |
|--|------------------------|------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                                       |                        |            |
| Каша гречневая молочная вяз                          | 200                    | 179.04     |
| Бутерброды с маслом (2-й вариант)                    | 20/5                   | 105.19     |
| Кофейный напиток с молоком                           | 180                    | 95.33      |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                                      |                        |            |
| Сок фруктовый  | 100                    |            |
| <b>ОБЕД</b>  |                        |            |
| Салат из свеклы с солеными огурцами                  | 50                     | 33.35      |
| Суп из овощей со сметаной                            | 200                    | 78.75      |
| Плов из отварной птицы                               | 210                    | 662.23     |
| Компот из плодов или ягод сушеных                    | 180                    | 185.05     |
| Хлеб ржаной  | 50                     | 135.66     |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                       |                        |            |
| Кефир  | 180                    | 150.10     |
| Печенье  | 2                      | 166.84     |
| Яблоко   | 1                      | 53.28      |
| <b>УЖИН</b>  |                        |            |
| Яйцо вареное (1/2)                                   | 1/2                    | 33.91      |
| Салат картофельный с огурцами солеными или квашеными | 200                    | 201.85     |
| Чай с сахаром  | 180                    | 39.99      |
| Хлеб пшеничный                                       | 50                     | 125.57     |

Итого калорийность: 2246.14 Ккал.



РАНОК наглядно по

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная ин-тернат "Ступень"  
Директор \_\_\_\_\_ утверждаю \_\_\_\_\_  
Меню 5 Декабря 2022г. № \_\_\_\_\_

| Наименование блюд                 | Выход блюд |            |
|-----------------------------------|------------|------------|
|                                   | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                    |            |            |
| Суп молочный рисовый              | 200        | 155.09     |
| Сыр сычужный твердый порци        | 10         | 35.20      |
| Кофейный напиток с молоком        | 180        | 104.26     |
| Батон нарезной                    | 40         | 65.50      |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                   |            |            |
| Сок фруктовый                     | 100        |            |
| <b>ОБЕД</b>                       |            |            |
| Салат из моркови                  | 50         | 42.41      |
| Свекольник                        | 200/8      | 116.58     |
| Макароны отварные с овощам        | 130        | 169.39     |
| Суфле из кур                      | 70         | 360.22     |
| Компот из плодов или ягод сушеных | 180        | 183.27     |
| Хлеб ржаной                       | 50         | 118.71     |
| <b>ПОЛДНИК</b>                    |            |            |
| Молоко кипяченое                  | 180        | 108.75     |
| Шанежка с картофелем              | 70         | 263.90     |
| <b>УЖИН</b>                       |            |            |
| Рыба запеченая с яйцом            | 95         | 227.64     |
| Картофельное пюре                 | 150        | 149.49     |
| Чай с сахаром                     | 180        | 36.23      |
| Хлеб пшеничный                    | 40         | 109.86     |

Итого калорийность: 2246.50 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Солнечный"

Директор

Утверждаю:

Кругикова Т. Н.

Меню

6 декабря 2022г.

Д/с

| Наименование блюд                 | Выход блюд |            |
|-----------------------------------|------------|------------|
|                                   | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                    |            |            |
| Каша "Дружба"                     | 200        | 177.31     |
| Бутерброды с маслом (2-й вариант) | 40/5       | 105.22     |
| Какао с молоком                   | 180        | 114.78     |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                   |            |            |
| Сок фруктовый                     | 100        |            |
| <b>ОБЕД</b>                       |            |            |
| Суп - пюре из разных овощей       | 200        | 84.65      |
| Огурец консервированный           | 50         | 5.84       |
| Жаркое по-домашнему               | 200        | 385.20     |
| Компот из свежих плодов или ягод  | 180        | 51.79      |
| Хлеб ржаной                       | 50         | 135.66     |
| <b>ПОЛДНИК</b>                    |            |            |
| Кефир                             | 180        | 150.37     |
| Печенье                           | 2          | 166.84     |
| Яблоко                            | 1          | 55.98      |
| <b>УЖИН</b>                       |            |            |
| Яйцо вареное (1/2)                | 1/2        | 33.91      |
| Свекла тушенная в молочном соусе  | 220        | 180.26     |
| Чай с сахаром                     | 180        | 35.76      |
| Хлеб пшеничный                    | 40         | 125.57     |

Итого калорийность: 1809.14 Ккал.



РАНОК наглядн по

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная общеобразовательная школа №11"

Утверждаю:

Директор

Кривонова Т. Н.

Меню

7 декабря 2022г.

Д/с

| Наименование блюд                           | Выход блюд |            |
|---|------------|------------|
|   | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                              |            |            |
| Каша манная молочная                        | 199/5      | 188.47     |
| Сыр сычужный твердый порци                  | 10         | 35.20      |
| Батон нарезной                              | 40         | 77.63      |
| Кофейный напиток с молоком                  | 180        | 100.19     |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                             |            |            |
| Сок фруктовый                               | 100        |            |
| <b>ОБЕД</b>                                 |            |            |
| Салат из белокочанной<br>капусты с яблоками | 50         | 33.57      |
| Суп картофельный с бобовым                  | 200        | 115.10     |
| Котлеты рыбные любительски                  | 80         | 114.76     |
| Картофельное пюре                           | 150        | 150.29     |
| Компот из смеси сухофруктов                 | 180        | 209.11     |
| Хлеб ржаной                                 | 50         | 93.80      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                              |            |            |
| Кефир                                       | 150        | 155.92     |
| Сдоба обыкновенная                          | 70         | 229.63     |
| <b>УЖИН</b>                                 |            |            |
| Голубцы овощные                             | 200        | 231.23     |
| Соус молочный к блюдам (1-й<br>вариант)     | 40         | 42.12      |
| Чай с сахаром                               | 180        | 37.04      |
| Хлеб пшеничный                              | 40         | 115.47     |

Итого калорийность: 1929.53 Ккал.



РАНОК наглядно по

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Кругикова Т. Н.

## Меню

8 Декабря 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                       | 50  | 52.93  |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 90.96  |
| Котлеты, куриные припущенн               | 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 | 150.35 |
| Печенье | 2   | 166.84 |
| Яблоко  | 1   | 53.28  |

### УЖИН

|  |     |        |
|--|-----|--------|
| Сырники из творога                           | 150 | 367.06 |
| Кисель из концентрата плодового или ягодного | 180 | 7.19   |
| Хлеб пшеничный                               | 40  | 136.49 |

Итого калорийность: 1935.36 Ккал.



РАНОК наг

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Зутикова Т. Н.

**Меню**

9 Декабря 2022г.

Д/с

| Наименование блюд                   | Выход блюд |            |
|-------------------------------------|------------|------------|
|                                     | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                      |            |            |
| Каша ячневая молочная вязка         | 200        | 215.30     |
| Сыр сычужный твердый порци          | 40         | 35.20      |
| Кофейный напиток с молоком          | 180        | 91.22      |
| Батон нарезной                      | 30         | 80.62      |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                     |            |            |
| Сок фруктовый                       | 100        |            |
| <b>ОБЕД</b>                         |            |            |
| Салат из свеклы с солен<br>огурцами | 50         | 64.64      |
| Рассольник "Домашний"               | 200/10     | 99.46      |
| Печень говяжья по-строгановс        | 100        | 211.13     |
| Картофель отварной                  | 130        | 134.11     |
| Компот из смеси сухофруктов         | 180        | 209.01     |
| Хлеб ржаной                         | 50         | 97.40      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                      |            |            |
| Кефир                               | 180        | 161.92     |
| Сдоба обыкновенная                  | 70         | 232.68     |
| <b>УЖИН</b>                         |            |            |
| Яйцо вареное (1/2)                  | 1/2        | 40.19      |
| Винегрет овощной                    | 200        | 165.31     |
| Чай с сахаром                       | 180        | 35.45      |
| Хлеб пшеничный                      | 50         | 180.30     |

Итого калорийность: 2053.94 Ккал.



**РАНОК** наглядный  
пос