

# СТОЛОВАЯ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" г. Перми

13.02.2023 (понедельник)

## Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250	Суп молочный с крупой	Ккал-179, Б-6, Ж-6, У-23
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213/, Б-6, Ж-2, У-42
Итого за Завтрак		Ккал-431, Б-12, Ж-8, У-75
<u>Обед</u>		
200	Свекольник	Ккал-103, Б-2,, Ж-4, У-7
90	Суфле из кур	Ккал-383, Б-28, Ж-28, У-4
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-218, Б-5, Ж-5, У-22
60	Икра кабачковая	Ккал-54, Ж-4, У-4
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-972, Б-40, Ж-41, У-87
<u>Полдник (доп)</u>		
1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукт	Ккал-46, У-11
Итого за Полдник		Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37

Директор

Т.Н. Крутикова

Диетсестра \_\_\_\_\_



# СТОЛОВАЯ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" г. Перми

14.02.2023 (вторник)

## Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
205	Каша "Дружба"	Ккал-191, Б-5, Ж-7, У-27
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-14
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42
Итого за Завтрак		Ккал-443, Б-11, Ж-9, У-83
<u>Обед</u>		
60	Салат из свеклы с сол. огурцом	Ккал-77, Б-1, Ж-5, У-4
200	Суп картофельный с бобовыми	Ккал-118, Б-4, Ж-4, У-18
200	Картофельная запеканка с мясом	Ккал-235, Б-3, Ж-12, У-27
30	Соус томатный	Ккал-18, Б-0, Ж-1, У-2
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-662, Б-13, Ж-72, У-101
<u>Полдник</u>		
40	Булочка молочная	Ккал-124, Б-4, Ж-2, У-18
200	Сок фруктовый	Ккал-9, У-2
Итого за Полдник		Ккал-133, Б-4, Ж-2, У-20

Директор



Т.Н. Крутикова

Диетсестра \_\_\_\_\_



МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" г. Перми

15.02.2023 (среда)

## Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак

205	Каша ячневая молочная вязкая	Ккал-261, Б-8, Ж-10, У-34
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, Б-0, Ж-0, У-10
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>Ккал-513, Б-14, Ж-8, У-86</b>

### Обед

60	Салат из белокочанной капусты с яблоками	Ккал-73, Б-1, Ж-6, У-4
200	Рассольник «Ленинградский»	Ккал-141, Б-3, Ж-6, У-19
90	Котлета рыбная любительская	Ккал-131, Б-11, Ж-7, У-6
150	Картофельное пюре	Ккал-150, Б-3, Ж-6, У-21
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-126, Б-4, Ж-1, У-26
<b>Итого за Обед</b>		<b>Ккал-724, Б-23, Ж-26, У-104</b>

### Полдник

1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукт	Ккал-46, У-11

### Итого за Полдник

Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37



Директор Т.Н. Крутикова

Диетсестра

# ГОЛОВАЯ



МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" г. Перми

16.02.2023 (четверг)

## Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

### Завтрак

205	Каша пшеничная молочная жидкая	Ккал-239, Б-8, Ж-7, У-35
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42

### Итого за Завтрак

Ккал-491, Б-14, Ж-9, У-87

### Обед

200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Ккал-104, Б-2/3, Ж-3, У-17
150	Капуста тушеная	Ккал-134, Б-3, Ж-6, У-6
90	Котлета куриная припущенная	Ккал-209, Б-11, Ж-7, У-6
60	Салат из моркови	Ккал-77, Б-1, Ж-5, У-4
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22

### Итого за Обед

Ккал-738, Б-22, Ж-21, У-83

### Полдник(дополнительный)

40	Булочка российская	Ккал-131, Б-3, Ж-3, У-18
200	Сок фруктовый	Ккал-9, У-2

### Итого за Полдник

Ккал-140, Б-3, Ж-3, У-20

Директор

Т.Н. Крутикова


Диетсестра



17.02.2023 (пятница)

### Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Запеканка из творога	Ккал-252, Б-14, Ж-12, У-17
50	Соус фруктовый	Ккал-17, Б-0, Ж-0, У-4
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42
Итого за Завтрак		Ккал-521, Б-20, Ж-14, У-73
<u>Обед</u>		
60	Салат из свеклы отварной	Ккал-61, Б-1, Ж-6, У-5
200	Щи из свежей капусты с картофелем	Ккал-85, Б-2, Ж-5, У-8
250	Рагу из кури	Ккал-468, Б-22, Ж-28, У-24
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-827, Б-31, Ж-37, У-90
<u>Полдник</u>		
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукт	Ккал-46, У-11
1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
Итого за Полдник		Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37

Директор  Т. Н. Крутикова

Диетсестра

