

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

13 Февраля 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный рисовый	200	572.48
Сыр сычужный твердый порци	10	35.20
Кофейный напиток с молоком	200	103.64
Батон нарезной	40	98.25
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из моркови	50	39.61
Свекольник	200/8	99.34
Суфле из кур	80	471.91
Макароны отварные с овощам	130	186.28
Компот из плодов или ягод	180	183.30
сушеных		
Хлеб ржаной	50	118.73
ПОЛДНИК		
Кефир	180	157.86
Печенье	1	125.13
Яблоко	1	53.28
УЖИН		
Запеканка из печени с рисом	80	226.10
Сложный гарнир (картофель	150	138.87
отварной с капустой тушеной)		
Чай с сахаром	180	36.23
Хлеб пшеничный	40	109.89

Итого калорийность: 2756.10 Ккал.



РАНОК наглядные пособия



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Солнечный"

Утверждаю:

Директор

Кругикова Т. Н.

Меню 14 Февраля 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша "Дружба"	200	653.21
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	40/5	126.55
Какао с молоком	180	116.76
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с солен огурцами	50	34.35
Суп картофельный с бобовым	200	129.19
Картофельная запеканка с мя	200	377.29
Соус молочный к блюдам	30	83.72
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.65
Хлеб ржаной	50	79.15
ПОЛДНИК		
Кефир	180	157.86
Булочка "Розовая"	70	201.71
УЖИН		
Суфле творожное	150	450.82
Соус кисельный	40	4.07
Чай с сахаром	180	36.23
Хлеб пшеничный	40	109.89

Итого калорийность: 2630.45 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творч
соеос

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню 15 Февраля 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная вязкая	200	712.84
Сыр сычужный твердый порци	10	35.20
Кофейный напиток с молоком	180	96.56
Батон нарезной	40	92.46
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из белокочанной капусты с яблоками	50	32.79
Рассольник "Ленинградский"	200/8	115.79
Котлеты рыбные любительские	80	123.57
Картофельное пюре	130	220.35
Компот из плодов или ягод сушеных	180	184.50
Хлеб ржаной	50	111.72
ПОЛДНИК		
Кефир	180	148.57
Печенье	1	125.13
Яблоко	1	53.28
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.40
Свекла тушенная в молочном соусе	200	378.62
Чай с сахаром	175	36.46
Хлеб пшеничный	40	89.63

Итого калорийность: 2588.87 Ккал.



РАНОК нагл

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

16 Февраля 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша пшеничная молочная жидк	200	723.86
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	30/5	120.76
Чай с молоком	180	62.58
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат картофельный	50	59.85
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	97.67
Котлеты, куриные припущенн	70	237.39
Капуста тушеная	150	142.19
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.97
Хлеб ржаной	50	111.72
ПОЛДНИК		
Шанежка с картофелем	70	330.73
Кефир	180	148.57
УЖИН		
Сырники из творога	170	393.97
Соус кисельный	30	9.89
Напиток морковно-яблочный	180	54.42
Хлеб пшеничный	50	73.09

Итого калорийность: 2636.66 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор  Крутикова Т. Н.

Меню 17 Февраля 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная жидкая	200	654.78
Кофейный напиток с молоком	180	94.97
Сыр сычужный твердый порци	10	35.20
Батон нарезной	30	92.46
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы отварной	50	43.94
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	81.45
Рагу из птицы	220	384.60
Компот из плодов или ягод сушеных	180	184.50
Хлеб ржаной	50	74.49
ПОЛДНИК		
Кефир	180	148.57
Печенье	2	125.13
Яблоко	1	53.28
УЖИН		
Омлет "Драчена"	200	210.22
Чай с сахаром	180	36.46
Хлеб пшеничный	50	103.42

Итого калорийность: 2323.47 Ккал.



РАНОК наглядные пособия