

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. И.

Меню

20 Февраля 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд  
Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	34.40
Суп молочный с макаронными изделиями	200	582.81
Батон нарезной	40	87.32
Кофейный напиток с молоком	180	98.59
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из белокочанной капусты	50	37.80
Рассольник "Ленинградский"	200/8	112.21
Тефтели из говядины с соусом молочным	80/50	251.57
Каша гречневая рассыпчатая	120	203.06
Компот из плодов или ягод сушеных	180	183.40
Хлеб ржаной	50	105.52
ПОЛДНИК		
Кефир	180	163.44
Печенье	2	125.13
Яблоко	1	53.28
УЖИН		
Голубцы овощные	200	230.14
Соус молочный к блюдам	40	40.50
Чай с сахаром	180	35.61
Хлеб пшеничный	40	104.19

Итого калорийность: 2445.97 Ккал.



РАНОК наглядные пособия



# МЕНЮ

ОУ "Адаптивная шк-интернат" Ступинский район

Директор: Крутикова Т. Н.

Утверждаю: Д/с  
21 Февраля 2023г.

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша рисовая молочная жидк	200	207.21
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	40/5	103.15
Какао с молоком	180	123.27
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из моркови и яблок	50	36.27
Суп - пюре из разных овощей	200	208.21
Жаркое по-домашнему	200	385.52
Компот из свежих плодов или ягод	180	70.19
Хлеб ржаной	50	90.45
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	180.43
Булочка "молочная"	70	221.49
<b>УЖИН</b>		
Запеканка из творога	170	533.34
Соус кисельный	50	18.89
Хлеб пшеничный	40	83.70
Чай с сахаром	180	37.24

Итого калорийность: 2299.36 Ккал.



РАНОК наглядные пособия





# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"  
 Учитель-педагог: Крутикова Т. Н.  
 Директор: [подпись] Д/с

**Меню** 22 Февраля 2023г.

Наименование блюд	Выход блюд	Вес гр.	Калор. кк.
<b>ЗАВТРАК</b>			
Каша молочная пшеничная жи	200		659.43
Сыр сычужный твердый порци	10		42.46
Кофейный напиток с молоком	180		110.50
Батон нарезной	40		61.65
<b>10 ЧАСОВ</b>			
Сок фруктовый	100		
<b>ОБЕД</b>			
Салат из свеклы с чесноком	50		64.21
Суп из овощей со сметаной	200/8		64.11
Рыба припущенная в молоке	100		304.21
Макароны отварные с овощам	130		168.84
Компот из плодов или ягод	180		161.71
сушеных			
Хлеб ржаной	50		74.49
<b>полдник</b>			
Кефир	180		99.06
Печенье	2		125.13
Яблоко	1		53.28
<b>УЖИН</b>			
Овощи, припущенные в	230		495.38
молочном соусе			
Чай с сахаром	180		36.50
Хлеб пшеничный	40		103.42

Итого калорийность: 2654.38 Ккал.



# МЕНЮ

ИОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени" Утверждаю:  
Директор *Курт* Крутикова Т. Н.  
**Меню** 27 Февраля 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>			
Суп молочный рисовый	200	582.23	
Сыр сычужный твердый порци	10	35.20	
Кофейный напиток с молоком	200	103.64	
Батон нарезной	40	98.25	
<b>10 ЧАСОВ</b>			
Сок фруктовый	100		
<b>ОБЕД</b>			
Салат из моркови	50	39.61	
Свекольник	200/8	104.91	
Суфле из кур	80	472.82	
Макароны отварные с овощам	130	186.28	
Компот из плодов или ягод	180	183.30	
сушеных			
Хлеб ржаной	50	118.73	
<b>ПОЛДНИК</b>			
Кефир	180	157.86	
Печенье	1	125.13	
Яблоко	1	53.28	
<b>УЖИН</b>			
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: 2772.33 Ккал.





# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Кругикова Т. Н.

**Меню** 28 Февраля 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша "Дружба"	200	659.05
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	40/5	118.93
Какао с молоком	180	112.09
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с солеными огурцами	50	35.42
Суп картофельный с бобовым	200	128.84
Картофельная запеканка с мясом	200	377.46
Соус молочный к блюдам	30	91.60
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.61
Хлеб ржаной	50	108.52
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	144.33
Булочка "Розовая"	70	203.49
<b>УЖИН</b>		
Суфле творожное	150	475.75
Соус кисельный	40	4.07
Чай с сахаром	180	36.54
Хлеб пшеничный	40	100.46

Итого калорийность: 2666.16 Ккал.

