

РАНОК

МБОУ "Адамовская гимназия" "Ступеньки" Утверждено
Директор *[Подпись]* Заведующий Т. И. Д/с
17 Марта 2023г.
МБОУ

Наименование блюд	Выход	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК			
Суп молочный рисовый	200		582.23
Сыр сычужный твердый порезанный	40		35.20
Кофейный напиток с молоком	200		103.84
Батон нарезной	40		98.25
10 ЧАСОВ			
Сок фруктовый	100		
ОБЕД			
Морковь отварная	50		41.73
Свекольник	200/8		104.91
Суфле из кур	80		472.82
Макароны отварные с овощам	130		188.28
Компот из плодов или ягод сушеных	180		183.30
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 отварной с капустой тушеной)	150		138.87
Чай с сахаром	180		36.23
Хлеб пшеничный	40		109.89

Итого калорийность: 2774.45 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступели"

Директор



Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

14 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша "Дружба"	200	664.39
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	40/5	114.06
Какао с молоком	180	110.06

10 ЧАСОВ

Сок фруктовый	100	
---------------	-----	--

ОБЕД

Салат из свеклы с чесноком	50	64.23
Суп картофельный с бобовым	200	129.12
Картофельная запеканка с мяс	200	376.67
Соус молочный к блюдам	30	86.75
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.87
Хлеб ржаной	50	102.68

ПОЛДНИК

Кефир	180	136.53
Булочка "Розовая"	70	202.76

УЖИН

Суфле творожное	170	532.44
Соус кисельный	40	4.10
Чай с сахаром	180	36.74
Хлеб пшеничный	40	95.03

Итого калорийность: 2725.43 Ккал.



РАНОК на

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступень"

Утверждено:

Меню

15 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор. кж.

ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная вязкая	200	712.84
Сыр сычужный твердый перцы	10	35.20
Кофейный напиток с молоком	180	105.03
Батон нарезной	40	92.46

10 ЧАСОВ

Сок фруктовый	100	
---------------	-----	--

ОБЕД

Салат из белокочанной капусты с яблоками	50	61.11
Рассольник "Ленинградский"	200/8	116.26
Котлеты рыбные любительские	80	123.57
Картофельное пюре	150	257.39
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	124.11

Итого калорийность: 2697.65 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

16 Марта 2023 г.

Д/с

Наименование блюд Выход блюд
Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша пшеничная молочная жидкая	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 припущенные	70	248.43
Капуста тушеная	150	142.19
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.97
Хлеб ржаной	50	111.72

ПОЛДНИК

Шанежка с картофелем	70	329.80
Кефир	180	148.57

УЖИН

Сырники из творога	170	393.29
Соус кисельный	30	9.89
Напиток морковно-яблочный	180	54.42
Хлеб пшеничный	50	96.53

Итого калорийность: 2669.53 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МАОУ "Адаптивная школа-интернат 8-го ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

17 Марта 2023 г.

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	111.74

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	137.90

Итого калорийность: 2395.20 Ккал.



РАНОК

наглядный
пос