

МАОУ "Адаптивная школа-интернат" \_\_\_\_\_ Утверждаю:  
 Директор \_\_\_\_\_ Кругикова Т. Н.

# Меню

20 Марта 2023г.

Д/с

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

## ЗАВТРАК

Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.05
Суп молочный с макаронными изделиями	200	576.70
Батон нарезной	40	84.87
Кофейный напиток с молоком	180	102.73

## 10 ЧАСОВ

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

## ОБЕД

Салат из квашеной капусты с луком	50	34.52
Рассольник "Домашний"	200/8	107.83
Тефтели из говядины с соусом молочным	80/50	255.30
Каша гречневая рассыпчатая	120	202.87
Компот из плодов или ягод сушеных	180	57.24
Хлеб ржаной	50	102.68

## ПОЛДНИК

Кефир	180	135.99
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

## УЖИН

Голубцы овощные	200	235.46
Соус молочный к блюдам	40	39.32
Чай с сахаром	180	35.74
Хлеб пшеничный	40	100.75

Итого калорийность: 2283.75 Ккал.



**РАНОК** нагл

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная инклюзивная школа" г. Свердловск

Директор

Суржкова Т. И.

Меню

21 Марта 2023г.

Ц/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

## ЗАВТРАК

Каша рисовая молочная жидк	200	206.83
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	40/5	115.50
Какао с молоком	180	119.64

## 10 ЧАСОВ

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

## ОБЕД

Огурец консервированный	50	5.00
Суп - пюре из разных овощей	200	206.90
Жаркое по-домашнему	200	373.21
Компот из свежих плодов или ягбд	180	68.97
Хлеб ржаной	50	105.52

## ПОЛДНИК

Кефир	180	140.01
Булочка "молочная"	70	221.27

## УЖИН

Запеканка из творога	170	520.70
Соус кисельный	50	19.14
Хлеб пшеничный	40	97.65
Чай с сахаром	180	36.78

Итого калорийность: 2237.12 Ккал.



РАНОК

наглядный  
пос...

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор:

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

22 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

## ЗАВТРАК

Каша молочная пшеничная жи	200	673.10
Сыр сычужный твердый порци	10	42.57
Кофейный напиток с молоком	180	127.00
Батон нарезной	40	92.38
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	

## ОБЕД

Салат из свеклы с чесноком	50	64.24
Суп из овощей со сметаной	200/8	63.38
Рыба припущенная в молоке	100	302.68
Макароны отварные с овощам	130	168.29
Компот из плодов или ягод сушеных	180	58.72
Хлеб ржаной	50	74.49

## ПОЛДНИК

Кефир	180	127.08
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

## УЖИН

Овощи, припущенные в молочном соусе	230	491.58
Чай с сахаром	180	36.52
Хлеб пшеничный	40	103.42

Итого калорийность: 2605.15 Ккал.



**РАНОК** наглядный пос...

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

## Меню

23 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

### ЗАВТРАК

Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 200 710.17

Бутерброды с маслом (2-й вариант) 40/5 115.50

Чай с молоком 180 84.90

### 10 ЧАСОВ

Сок фруктовый 100

### ОБЕД

Борщ с капустой и картофелем 200/8 96.02

Печень говяжья по-строгановски 100 231.13

Салат из моркови с зеленым горошком 50 38.78

Картофельное пюре 150 255.92

Компот из свежих плодов или ягод 180 67.99

Хлеб ржаной 50 105.54

### ПОЛДНИК

Ватрушка с творогом 70 216.35

Кефир 180 140.00

### УЖИН

Плов "Бухарский" 130 235.70

Кнели рыбные припущенные 80 188.15

Напиток морковно-яблочный 180 52.74

Хлеб пшеничный 40 113.31

Итого калорийность: 2652.20 Ккал.



РАНОК

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная сан-интернат" для детей Утверждаю

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

24 Марта 2023г.

Д/с

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

## ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная вязка	200	706.22
Кофейный напиток с молоком	180	93.74
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	20	95.18

## 10 ЧАСОВ

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

## ОБЕД

Суп крестьянский с крупой	200/8	67.42
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	303.85
Салат из свеклы отварной	50	41.94
Котлеты, куриные припущенн	70	238.30
Компот из плодов или ягод сушеных	180	44.66
Хлеб ржаной	50	115.11

## ПОЛДНИК

Кефир	180	130.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

## УЖИН

Винегрет овощной	200	164.19
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.68
Чай с сахаром	180	36.37
Хлеб пшеничный	40	111.48

Итого калорийность: 2397.05 Ккал.



РАНОК наг