

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

## Меню

27 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный рисовый	200	590.63
Сыр сычужный твердый порции	10	44.63
Кофейный напиток с молоком	200	103.23
Батон нарезной	40	92.35
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Морковь отварная	50	42.35
Свекольник	200/8	105.98
Суфле из кур	80	488.46
Макароны отварные с овощами	130	187.08
Компот из плодов или ягод сушеных	180	58.82
Хлеб ржаной	50	111.74
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	127.06
Печенье	1	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Запеканка из печени с рисом	80	228.15
Сложный гарнир (картофель отварной с капустой тушеной)	150	140.16
Чай с сахаром	180	36.48
Хлеб пшеничный	40	137.90

Итого калорийность: 2674.72 Ккал.



**РАНОК** наглядн  
п

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

**Меню**

28 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша "Дружба"	200	662.59
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	40/5	126.06
Какао с молоком	180	115.30
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с чесноком	50	65.56
Суп картофельный с бобовым	200	129.94
Картофельная запеканка с мя	200	376.50
Соус молочный к блюдам	30	96.75
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.16
Хлеб ржаной	50	115.11
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	130.90
Булочка "Розовая"	70	205.06
<b>УЖИН</b>		
Суфле творожное	170	545.85
Соус кисельный	40	4.20
Чай с сахаром	180	36.36
Хлеб пшеничный	40	106.53

Итого калорийность: 2785.87 Ккал.





# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

**Меню**

29 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша ячневая молочная вязка	200	709.39
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Кофейный напиток с молоком	180	104.20
Батон нарезной	40	92.35
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из квашеной капусты с яблоком	50	58.31
Рассольник "Ленинградский"	200/8	115.76
Котлеты рыбные любительски	80	123.08
Картофельное пюре	150	254.49
Компот из плодов или ягод сушеных	180	58.82
Хлеб ржаной	50	111.72
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	127.05
Печенье	1	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.42
Свекла тушенная в молочном соусе	200	377.82
Чай с сахаром	175	36.48
Хлеб пшеничный	40	124.11

Итого калорийность: 2539.99 Ккал.



# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

**Меню**

30 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша пшеничная молочная жидк	200	719.48
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	30/5	110.92
Чай с молоком	180	74.53
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат картофельный	50	59.53
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	97.70
Котлеты, куриные припущенн	70	249.08
Капуста тушеная	150	141.24
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.23
Хлеб ржаной	50	99.97
<b>ПОЛДНИК</b>		
Шанежка с картофелем	70	333.22
Кефир	180	132.63
<b>УЖИН</b>		
Сырники из творога	170	371.79
Соус кисельный	30	10.25
Напиток морковно-яблочный	180	53.93
Хлеб пшеничный	50	82.04

Итого калорийность: 2604.54 Ккал.





# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

МАОУ

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

## Меню

31 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша манная молочная жидкая	200	648.77
Кофейный напиток с молоком	180	90.47
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	30	87.49
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы отварной	50	45.87
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	82.40
Рагу из птицы	220	387.87
Компот из плодов или ягод сушеных	180	59.60
Хлеб ржаной	50	105.76
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	119.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Омлет "Драчена"	200	210.50
Чай с сахаром	180	36.56
Хлеб пшеничный	50	130.58

Итого калорийность: 2220.78 Ккал.

