

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

**Меню 3 Апреля 2023г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.68
Суп молочный с макаронными изделиями	200	582.45
Батон нарезной	40	95.18
Кофейный напиток с молоком	180	105.08
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из квашеной капусты с луком	50	34.84
Рассольник "Домашний"	200/8	107.01
Тефтели из говядины с соусом молочным	80/50	254.59
Каша гречневая рассыпчатая	120	203.36
Компот из плодов или ягод сушеных	180	58.52
Хлеб ржаной	50	115.11
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	130.69
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Голубцы овощные	200	236.45
Соус молочный к блюдам	40	38.30
Чай с сахаром	180	35.24
Хлеб пшеничный	40	80.26

Итого калорийность: 2289.46 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия





# РАНОК

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени" Утверждаю:  
Директор Крутикова Т. Н.

**Меню** 4 Апреля 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>			
Каша рисовая молочная жидкая	200		274.07
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	40/5		124.27
Какао с молоком	180		119.67
<b>10 ЧАСОВ</b>			
Сок фруктовый	100		
<b>ОБЕД</b>			
Огурец консервированный	50		5.00
Суп - пюре из разных овощей	200		207.28
Жаркое по-домашнему	200		374.35
Компот из свежих плодов или ягод	180		69.16
Хлеб ржаной	50		115.11
<b>ПОЛДНИК</b>			
Кефир	180		130.92
Булочка "молочная"	70		220.11
<b>УЖИН</b>			
Запеканка из творога	170		544.24
Соус кисельный	50		19.30
Хлеб пшеничный	40		106.56
Чай с сахаром	180		36.48

Итого калорийность: 2346.52 Ккал.



**РАНОК** наглядный пос

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

## Меню

5 Апреля 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
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с чесноком	50	64.24
Суп из овощей со сметаной	200/8	89.81
Рыба припущенная в молоке	100	302.68
Макароны отварные с овощам	130	167.48
Компот из плодов или ягод	180	58.72
сушеных		
Хлеб ржаной	50	111.74
ПОЛДНИК		
Кефир	180	127.08
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Овощи, припущенные в	230	491.58
молочном соусе		
Чай с сахаром	180	36.52
Хлеб пшеничный	40	103.42

Итого калорийность: 2668.02 Ккал.



**РАНОК** наглядные  
пособ



АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Крутикова Т. Н.

Утверждаю:

## Меню

6 Апреля 2023г.

Дис

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

### ЗАВТРАК

Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 200 705.87

Бутерброды с маслом (2-й вариант) 40/5 120.66

Чай с молоком 180 87.52

### 10 ЧАСОВ

Сок фруктовый 100

### ОБЕД

Борщ с капустой и картофелем 200/8 95.71

Печень говяжья по-строгановски 100 233.01

Салат из моркови с зеленым горошком 50 40.37

Картофельное пюре 150 264.47

Компот из свежих плодов или ягод 180 67.65

Хлеб ржаной 50 111.74

### ПОЛДНИК

Ватрушка с творогом 70 220.30

Кефир 180 148.23

### УЖИН

Плов "Бухарский" 130 237.31

Кнели рыбные припущенные 80 195.49

Напиток морковно-яблочный 180 52.54

Хлеб пшеничный 40 120.67

Итого калорийность: 2701.54 Ккал.



РАНОК наглядн по

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

М.Корикова Т.Н.

Меню

7 Апреля 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

## ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная вязка	200	709.18
Кофейный напиток с молоком	180	89.81
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	20	87.22

## 10 ЧАСОВ

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

## ОБЕД

Суп крестьянский с крупой	200/8	65.80
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	310.95
Салат из свеклы отварной	50	42.63
Котлеты, куриные припущенн	70	238.37
Компот из плодов или ягод сушеных	180	44.66
Хлеб ржаной	50	105.52

## ПОЛДНИК

Кефир	180	120.01
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

## УЖИН

Винегрет овощной	200	164.11
Яйцо вареное (1/2)	1/2	33.31
Чай с сахаром	180	36.68
Хлеб пшеничный	40	99.62

Итого калорийность: 2362.86 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия