

МЕНЮ

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

Меню 2 Мая 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша рисовая молочная жидкая	200	699.99
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Какао с молоком	180	112.55
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Огурец консервированный	50	5.00
Суп - пюре из разных овощей	200	210.41
Жаркое по-домашнему	200	380.64
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.58
Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК		
Кефир	180	133.92
Булочка "молочная"	70	220.09
УЖИН		
Запеканка из творога	170	385.26
Соус кисельный	40	9.45
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2586.01 Ккал.



РАНОК на

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

3 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша молочная пшеничная жи	200	652.27
Сыр сычужный твердый порци	10	35.65
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	180	92.80
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с чесноком	50	64.27
Суп из овощей со сметаной	200/8	88.84
Рыба припущенная в молоке	100	154.45
Макароны отварные с овощам	130	165.35
Компот из смеси сухофруктов	180	58.69
Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК		
Кефир	180	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Овощи, припущенные в молочном соусе	230	424.70
Чай с сахаром	180	36.05
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2382.53 Ккал.

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутыкова Т. Н.

Меню

4 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	705.91
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Чай с молоком	180	62.63
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из моркови с зеленым горошком	50	47.12
Борщ с капустой и картофелем	200/8	97.44
Печень говяжья по-строгановс	100	228.86
Картофельное пюре	150	148.26
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.58
Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК		
Кефир	180	133.92
Ватрушка с творогом	70	214.47
УЖИН		
Кнели рыбные припущенные	80	80.69
Плов "Бухарский"	130	218.67
Напиток морковно-яблочный	180	53.08
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2383.75 Ккал.



АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:
Крутикова Т. Н.

Меню

5 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная вязкая	200	698,16
Сыр сычужный твердый порции	10	35,65
Батон нарезной	40	104,68
Кофейный напиток с молоком	180	92,80
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы отварной	50	42,48
Суп крестьянский с крупой	200	90,15
Котлеты, куриные припущенные	70	238,23
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	126,58
Компот из смеси сухофруктов	180	58,69
Хлеб ржаной	50	97,40
ПОЛДНИК		
Кефир	180	133,92
Печенье	2	130,74
Яблоко	1	48,96
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31,42
Винегрет овощной	200	164,54
Чай с сахаром	180	36,05
Хлеб пшеничный	40	93,76

Итого калорийность: 2224.21 Ккал.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

10 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная вязка	200	698.16
Сыр сычужный твердый порци	10	36.65
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	180	92.80
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из квашеной капусты с яблоком	60	31.14
Резаночник "Ленинградский"	200/8	117.94
Котлеты рыбные любительск.	80	111.50
Картофельное пюре	150	148.26
Компот из смеси сухофруктов	180	58.69
Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК		
Кефир	180	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.42
Свиная тушеная в молочном соусе	200	373.08
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2344.06 Ккал.



РА

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

11 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша пшеничная молочная жидк	200	251.22
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Чай с молоком	180	62.63
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	

ОБЕД

Салат картофельный	50	58.16
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	90.33
Котлеты, куриные припущенн	70	238.23
Капуста тушеная	150	137.99
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.58
Хлеб ржаной	50	97.40

ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
Шанежка с картофелем	70	261.82

УЖИН

Сырники из творога	170	387.63
Соус кисельный	40	3.78
Напиток морковно-яблочный	180	53.08
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2071.49 Ккал.



РАН

МЕНЮ

«ОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступи"

Директор

Утверждаю:

Крутькова Т. Н.

Меню

12 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша манная молочная жидкая	200	214.10
Сыр сычужный твердый порци	10	35.65
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	180	92.80
Сок фруктовый	100	

ОБЕД

Салат из свеклы отварной	50	42.48
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	85.88
Рагу из птицы	220	381.65
Компот из смеси сухофруктов	180	58.69
Хлеб ржаной	50	97.40

ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

УЖИН

Омлет "Драчена"	200	206.65
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1763.36 Ккал.



РАНОК наг.

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

15 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.42
Суп молочный с макаронными изделиями	200	154.61
Кофейный напиток с молоком	180	92.80
Батон нарезной	40	104.68

10 ЧАСОВ

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

ОБЕД

Салат из квашеной капусты с луком	50	33.65
Рассольник "Домашний"	200/8	106.89
Тефтели из говядины с соусом молочным	80/50	231.93
Каша гречневая рассыпчатая	120	203.61
Компот из смеси сухофруктов	180	58.69
Хлеб ржаной	50	97.40

ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

УЖИН

Голубцы овощные	200	224.87
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	43.26
Чай с сахаром	180	36.05
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1827.24 Ккал.



АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

16 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша рисовая молочная жидкая	200	220.66
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Какао с молоком	180	132.51

10 ЧАСОВ

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

ОБЕД

Огурец консервированный	50	5.00
Суп - пюре из разных овощей	200	84.23
Жаркое по-домашнему	200	309.33
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.58
Хлеб ржаной	50	97.40

ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
Булочка "молочная"	70	220.09

УЖИН

Запеканка из творога	170	358.03
Соус кисельный	40	9.45
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1901.92 Ккал.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

17 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша молочная пшеничная жи	200	248.64
Сыр сычужный твердый порци	10	35.65
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	180	92.80

10 ЧАСОВ

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

ОБЕД

Салат из свеклы с чесноком	50	64.27
Суп из овощей со сметаной	200/8	88.84
Рыба припущенная в молоке	100	154.45
Макароны отварные с овощам	130	165.67
Компот из смеси сухофруктов	180	58.69
Хлеб ржаной	50	97.40

ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

УЖИН

Овощи, припущенные в молочном соусе	230	218.86
Чай с сахаром	180	36.05
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1773.38 Ккал.



МВНКО

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Кругикова Т. Н.

Меню

18 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	226.58
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Чай с молоком	180	62.63

10 ЧАСОВ

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

ОБЕД

Салат из моркови с зеленым горошком	50	64.44
Борщ с капустой и картофелем	200/8	97.44
Печень говяжья по-строгановс	100	228.86
Картофельное пюре	150	148.26
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.58
Хлеб ржаной	50	97.40

ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
Ватрушка с творогом	70	214.47

УЖИН

Кнели рыбные припущенные	80	80.69
Плов "Бухарский"	130	218.67
Напиток морковно-яблочный	180	53.08
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1921.74 Ккал.



РАНО

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

М.А. Крутикова Т.И.

Меню

19 Мая 2023г

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная вязка	200	252.47
Сыр сычужный твердый порци	10	35.65
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	180	92.80

10 ЧАСОВ

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

ОБЕД

Салат из свеклы отварной	50	42.48
Суп крестьянский с крупой	200	90.15
Котлеты, куриные припущенн	70	248.89
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	142.41
Компот из смеси сухофруктов	180	58.69
Хлеб ржаной	50	97.40

ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

УЖИН

Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.42
Винегрет овощной	200	250.24
Чай с сахаром	180	36.05
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1890.71 Ккал.

