

СТОЛОВАЯ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" г. Перми

22.05.2023 (понедельник)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250	Суп молочный с крупой	Ккал-179, Б-6 Ж-6, У-23
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42
Итого за Завтрак		Ккал-431, Б-12, Ж-8, У-75
<u>Обед</u>		
200/8	Свекольник	Ккал-103, Б-2, Ж-4, У-7
90	Суфле из кур	Ккал-383, Б-28, Ж-28, У-4
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-218, Б-5, Ж-5, У-22
60	Икра кабачковая	Ккал-54, Ж-4, У-4
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-1075, Б-40, Ж-41, У-87
<u>Полдник</u>		
1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукт	Ккал-46, У-11
Итого за Полдник		Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37

Директор

Т.Н. Крутикова

Диетсестра



СТОЛОВАЯ

МАОУ "Административная школа-интернат "Ступени" в Перми

23.05.2023 (вторник)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
205	Каша "Дружба"	Ккал-191, Б-5, Ж-7, У-27
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-14
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42
Итого за Завтрак		Ккал-443, Б-11, Ж-9, У-79
<u>Обед</u>		
60	Салат из свеклы с чесноком	Ккал-73, Б-1, Ж-6, У-4
200	Суп гороховый	Ккал-86, Б-2, Ж-4, У-10
220	Картофельная запеканка с мясом	Ккал-354, Б-21, Ж-19, У-13
30	Соус томатный	Ккал-18, Б-0, Ж-1, У-2
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-745, Б-29, Ж-30, У-79
<u>Полдник</u>		
40	Булочка молочная	Ккал-124, Б-4, Ж-2, У-18
200	Сок фруктовый	Ккал-9, У-2
Итого за Полдник		Ккал-131, Б-4, Ж-2, У-20

Директор



Т.М. Крутикова

Диетсестра

ТОЛОВАЯ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" г. Перми

24.05.2023 (среда)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

205	Каша ячневая	Ккал-261, Б-8, Ж-10, У-34
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, Б-0, Ж-0, У-10
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42
Итого за Завтрак		Ккал-513, Б-14, Ж-8, У-86

Обед

60	Салат из квашеной капусты с яблоками	Ккал-73, Б-1, Ж-6, У-4
200/8	Рассольник «Ленинградский»	Ккал-141, Б-3, Ж-6, У-19
90	Котлета рыбная любительская	Ккал-131, Б-11, Ж-7, У-6
150	Картофельное пюре	Ккал-150, Б-3, Ж-6, У-21
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-126, Б-4, Ж-1, У-26
Итого за Обед		Ккал-724, Б-24, Ж-26, У-104

Полдник

1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукт	Ккал-46, У-11
Итого за Полдник		Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37

Директор

Т.Н. Крутикова

Диетсестра

СТОЛОВАЯ

25.05.2023(четверг)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завтрак

205	Каши пшеничная молочная жидкая	Ккал-239, Б-8, Ж-7, У-35
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42
Итого за Завтрак		Ккал-491, Б-14, Ж-9, У-87


Обед

200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Ккал-104, Б-2, Ж-3, У-17
150	Капуста тушеная	Ккал-134, Б-3, Ж-6, У-6
90	Котлета куриная припущенная	Ккал-209, Б-11, Ж-7/8, У-6
60	Салат из моркови отварной	Ккал-77, Б-1, Ж-5, У-4
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-738, Б-22, Ж-21, У-83

Полдник

40	Булочка русская	Ккал-131, Б-3, Ж-3, У-18
200	Сок фруктозный	Ккал-9, У-2
Итого за Полдник		Ккал-140, Б-3, Ж-3, У-20

Директор


Н. Крутикова



Диетсестра


СТОЛОВАЯ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" г. Перми

26.05.2023 (пятница)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Запеканка из творога	Ккал-252, Б-14, Ж-12, У-17
50	Соус фруктовый	Ккал-17, Б-0, Ж-0, У-4
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42
Итого за Завтрак		Ккал-521, Б-20, Ж-14, У-73
<u>Обед</u>		
60/100	Салат из свеклы отварной	Ккал-61, Б-1, Ж-6, У-5
200/250	Щи из свежей капусты с картофелем	Ккал-85, Б-2, Ж-5, У-8
250	Рагу из курицы	Ккал-468, Б-22, Ж-28, У-24
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-827, Б-31, Ж-37, У-90
<u>Полдник</u>		
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукты	Ккал-46, У-11
1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
Итого за Полдник		Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37

Директор  Т. Н. Круткиной



Диетсестра