

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

## Меню

13 Июня 2023г.

Д/с



| Наименование блюд                | Выход блюд |            |
|----------------------------------|------------|------------|
|                                  | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                   |            |            |
| Каша рисовая молочная жидкая     | 200        | 220.66     |
| Масло сл. порц                   | 5          | 28.28      |
| Батон нарезной                   | 40         | 104.68     |
| Какао с молоком                  | 180        | 132.51     |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                  |            |            |
| Сок фруктовый                    | 100        |            |
| <b>ОБЕД</b>                      |            |            |
| 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      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                   |            |            |
| Кефир                            | 180        | 133.92     |
| Булочка "молочная"               | 70         | 220.09     |
| <b>УЖИН</b>                      |            |            |
| Запеканка из творога             | 170        | 385.26     |
| Соус кисельный                   | 40         | 9.45       |
| Чай с сахаром                    | 180        | 36.00      |
| Хлеб пшеничный                   | 40         | 93.76      |

Итого калорийность: 1929.15 Ккал.



Р

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

14 Июня 2023г.

Д/с

Наименование блюд      Выход      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<br>молочном соусе | 230 | 218.86 |
| Чай с сахаром                          | 180 | 36.05  |
| Хлеб пшеничный                         | 40  | 93.76  |

Итого калорийность: 1773.38 Ккал.



РАНОК



# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

## Меню

15 Июня 2023г.

Д/с

| Наименование блюд                   | Выход блюд |            |
|-------------------------------------|------------|------------|
|                                     | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                      |            |            |
| 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      |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                     |            |            |
| Сок фруктовый                       | 100        |            |
| <b>ОБЕД</b>                         |            |            |
| Салат из моркови с зеленым горошком | 50         | 64.44      |
| Борщ с капустой и картофелем        | 200/8      | 97.44      |
| Печень говяжья по-строгановски      | 100        | 228.86     |
| Картофельное пюре                   | 150        | 148.26     |
| Компот из свежих плодов или ягод    | 180        | 68.58      |
| Хлеб ржаной                         | 50         | 97.40      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                      |            |            |
| Кефир                               | 180        | 133.92     |
| Ватрушка с творогом                 | 70         | 214.47     |
| <b>УЖИН</b>                         |            |            |
| 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.



РАНОК наглядно



# ВНЮ

АОУ "Адаптированная школа-интернат "Ступени"  
Директор \_\_\_\_\_ Утверждаю: \_\_\_\_\_  
Крутикова Т. Н.  
**Меню** 16 Июня 2023г. Д/с



| Наименование блюд                      | Выход блюд |            |
|--|------------|------------|
|  | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                         |            |            |
| 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      |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                        |            |            |
| Сок фруктовый                          | 100        |            |
| <b>ОБЕД</b>                            |            |            |
| Салат из свеклы отварной               | 50         | 42.48      |
| Суп крестьянский с крупой              | 200        | 90.15      |
| Котлеты, куриные припущенн             | 70         | 248.89     |
| Овощи, припущенные в<br>молочном соусе | 150        | 142.41     |
| Компот из смеси сухофруктов            | 180        | 58.69      |
| Хлеб ржаной                            | 50         | 97.40      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                         |            |            |
| Кефир                                  | 180        | 133.92     |
| Печенье                                | 2          | 130.74     |
| Яблоко                                 | 1          | 48.96      |
| <b>УЖИН</b>                            |            |            |
| 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.

