

МВНКО

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

19 Июня 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК			
Суп молочный рисовый	200		152.12
Сыр сычужный твердый порци	10		35.65
Батон нарезной	40		104.68
Кофейный напиток с молоком	180		488.01
10 ЧАСОВ			
Сок фруктовый	100		
ОБЕД			
Морковь отварная	50		39.33
Свекольник	200/8		112.48
Суфле из кур	80		409.88
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			
Запеканка из печени с рисом	70		214.07
Сложный гарнир (картофель отварной с капустой тушеной)	150		136.35
Чай с сахаром	180		36.00
Хлеб пшеничный	40		93.76

Итого калорийность: 2457.71 Ккал.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

20 Июня 2023г.

Д/с

Наименование блюда	Выход блюда	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша "Дружба"	200	196.16
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Какао с молоком	180	133.33
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с чесноком	50	64.27
Суп картофельный с бобовым	200	115.29
Картофельная запеканка с мяс	200	389.87
Соус молочный к блюдам	40	31.42
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.58
Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК		
Кефир	180	133.92
Булочка "Розовая"	70	202.30
УЖИН		
Суфле творожное	170	389.73
Соус кисельный	40	3.78
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2088.77 Ккал.



РАНОК

наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

21 Июня 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 квашеной капусты с яблоком	50	58.12
Рассольник "Ленинградский"	200/8	117.94
Котлеты рыбные любительски	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
Свекла тушенная в молочном соусе	200	162.76
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1715.07 Ккал.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:
Крутикова Т. Н.

Меню

22 Июня 2023г.

Д/с



Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша пшенная 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	248.89
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: 2082.15 Ккал.



АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

23 Июня 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

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

26 Июня 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 "С ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

27 Июня 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	385.26
Соус кисельный		40	9.45
Чай с сахаром		180	36.00
Хлеб пшеничный		40	93.76

Итого калорийность: 1929.15 Ккал.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "С-ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

28 Июня 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.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

29 июня 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-строгановски	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.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

30 Июня 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.

