

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивный лик-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

## Меню

29 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.42
Суп молочный с макаронными изделиями	200	452.06
Кофейный напиток с молоком	180	101.10
Батон нарезной	40	80.53
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из квашеной капусты с луком	50	33.60
Рассольник "Домашний"	200/8	109.08
Тефтели из говядины с соусом молочным	80/50	288.73
Каша гречневая рассыпчатая	120	204.46
Компот из смеси сухофруктов	180	58.51
Хлеб ржаной	50	97.42
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	138.47
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Голубцы овощные	200	227.02
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	203.34
Чай с сахаром	180	35.47
Хлеб пшеничный	40	109.09

Итого калорийность: 2350.00 Ккал.



РАНОК

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

30 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша рисовая молочная жидкая	200	695.25
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	112.16
Какао с молоком	180	106.09
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Огурец консервированный	50	5.00
Суп - пюре из разных овощей	200	205.87
Жаркое по-домашнему	200	310.04
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.80
Хлеб ржаной	50	90.45
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	128.57
Булочка "молочная"	70	220.27
<b>УЖИН</b>		
Запеканка из творога	170	555.87
Соус кисельный	40	9.56
Чай с сахаром	180	35.74
Хлеб пшеничный	40	125.57

Итого калорийность: 2697.52 Ккал.



РАНОК наглядные

Тво

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

31 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша молочная пшеничная жи	200	659.07
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	40	77.54
Кофейный напиток с молоком	180	107.81
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с чесноком	50	66.00
Суп из овощей со сметаной	200/8	90.74
Рыба припущенная в молоке	100	154.97
Макароньы отварные с овощам	130	165.29
Компот из смеси сухофруктов	180	58.08
Хлеб ржаной	50	93.80
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	133.34
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Овощи, припущенные в молочном соусе	230	467.60
Чай с сахаром	180	35.63
Хлеб пшеничный	40	130.21

Итого калорийность: 2455.07 Ккал.



# ВЕЖНО

МАОУ "Адаптивная шк-интернат" 1-го уровня

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

## Меню

1 Июня 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	712.25
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	98.14
Чай с молоком	180	63.26
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из моркови с зеленым горошком	50	38.26
Борщ с капустой и картофелем	200/8	97.72
Печень говяжья по-строгановс	100	223.69
Картофельное пюре	150	149.04
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.37
Хлеб ржаной	50	79.15
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	135.00
Ватрушка с творогом	70	217.48
<b>УЖИН</b>		
Кнели рыбные припущенные	80	80.76
Плов "Бухарский"	130	217.27
Напиток морковно-яблочный	180	53.30
Хлеб пшеничный	40	93.03

Итого калорийность: 2355.00 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия



МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступони"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

# Меню

2 июня 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша ячневая молочная вязка	200	699.07
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	40	95.15
Кофейный напиток с молоком	180	104.86
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы отварной	50	41.79
Суп крестьянский с крупой	200	88.75
Котлеты, куриные припущенн	70	259.36
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	142.13
Компот из смеси сухофруктов	180	56.76
Хлеб ржаной	50	76.75
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	130.91
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.68
Винегрет овощной	200	165.61
Чай с сахаром	180	36.40
Хлеб пшеничный	40	111.53

Итого калорийность: 2256.74 Ккал.



# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Солнышко"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

5 Июня 2023г.

Д/с

Наименование блюда	Выход блюда	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный рисовый	200	446.54
Сыр сычужный твердый порци	10	35.65
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	180	488.01
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Морковь отварная	50	40.85
Свекольник	200/8	112.48
Суфле из кур	80	448.55
Макароны отварные с овощам	130	165.35
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>		
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: 2792.00 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческий  
Центр  
СОСОО

# МЕНЮ

ОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

6 Июня 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша "Дружба"	200	608.21
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Какао с молоком	180	133.33
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с чесноком	50	64.27
Суп картофельный с бобовым	200	128.63
Картофельная запеканка с мяс	200	349.66
Соус молочный к блюдам	40	31.42
Компот из свежих плодов или	180	68.58
ягод		
Хлеб ржаной	50	97.40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	133.92
Булочка "Розовая"	70	202.30
<b>УЖИН</b>		
Суфле творожное	170	389.73
Соус кисельный	40	3.78
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2473.95 Ккал.



# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

## Меню

7 Июня 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша ячневая молочная вязка	200	698.16
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 квашеной капусты с яблоком	50	58.12
Рассольник "Ленинградский"	200/8	117.94
Котлеты рыбные любительски	80	150.47
Картофельное пюре	150	148.26
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
Свекла тушенная в молочном соусе	200	162.76
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2199.73 Ккал.



РАНОК наглядные пособия



# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Кругикова Т. Н.

Меню

8 Июня 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша пшеничная молочная жидк	200	705.33
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 картофельный	50	58.16
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	97.00
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
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	133.92
Шанежка с картофелем	70	261.82
<b>УЖИН</b>		
Сырники из творога	170	387.63
Соус кисельный	40	3.78
Напиток морковно-яблочный	180	53.08
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2532.27 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия

# МЕНЮ

МБОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

## Меню

9 Июня 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша манная молочная жидкая	200	420.05
Сыр сычужный твердый порци	10	35.65
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	180	92.80
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
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
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Омлет "Драчена"	200	206.65
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1969.31 Ккал.



РАНОК НАГЛЯД