

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню 16 Октября 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	448.06
Кофейный напиток с молоком	180	82.81
Батон нарезной	40	104.68
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из белокочанной капусты	50	65.82
Рассольник "Домашний"	200/8	106.98
Тефтели из говядины с соусом молочным	80/50	445.03
Каша гречневая рассыпчатая	120	203.61
Компот из смеси сухофруктов	180	35.48
Хлеб ржаной	50	126.62
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	144.02
Печенье	2	138.02
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Голубцы овощные	200	223.67
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	43.26
Чай с сахаром	180	36.05
Хлеб пшеничный	40	91.42

Итого калорийность: 2375.91 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор  Крутикова Т. Н.

**Меню** 17 Октября 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша рисовая молочная жидкая	200	696.55
Масло сл. порц.	5	29.18
Батон нарезной	40	101.30
Какао с молоком	180	132.27
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Огурец консервированный	50	5.00
Суп - пюре из разных овощей	200	85.87
Жаркое по-домашнему	200	307.46
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.82
Хлеб ржаной	50	81.70
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	139.36
Булочка "молочная"	70	218.83
<b>УЖИН</b>		
Запеканка из творога	170	345.67
Соус кисельный	40	9.40
Чай с сахаром	180	36.13
Хлеб пшеничный	40	113.40

Итого калорийность: 2370.94 Ккал.



**РАНОК** наглядн по



# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Солнечный"

Директор

Крутикова Т. Н.

Утверждаю

Меню

18 Октября 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша молочная пшеничная жи	200	657.85
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	40	87.22
Кофейный напиток с молоком	180	102.67
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с чесноком	50	37.09
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	89.78
Рыба припущенная в молоке	100	154.13
Макароны отварные с овощам	130	167.42
Компот из смеси сухофруктов	180	60.29
Хлеб ржаной	50	105.50
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	119.98
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Овощи, припущенные в молочном соусе	230	465.18
Чай с сахаром	180	35.63
Хлеб пшеничный	40	97.65

Итого калорийность: 2395.38 Ккал.



РАНОК

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню 19 Октября 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	710.17
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	87.22
Чай с молоком	180	73.05
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат витаминный	50	42.38
Борщ с капустой и картофелем	200/8	96.32
Печень говяжья по-строгановски	100	241.62
Картофельное пюре	150	149.28
Компот из свежих плодов или ягод	180	67.49
Хлеб ржаной	50	105.52
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	119.99
Ватрушка с творогом	70	216.07
<b>УЖИН</b>		
Кнели рыбные припущенные	80	80.11
Плов "Бухарский"	130	220.49
Напиток морковно-яблочный	180	52.74
Хлеб пшеничный	40	113.97

Итого калорийность: 2404.70 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

Творческие пособия



# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная физкультурная школа №1"

Утверждено:

*Директор*

Кружкова Т. И.

Меню

20 Октября 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша ячневая молочная вязка	200	695.15
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	40	78.51
Кофейный напиток с молоком	180	100.12
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из моркови	50	39.87
Суп с макаронными изделиями	200	98.96
Котлеты, куриные припущенн	70	324.93
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	326.68
Компот из смеси сухофруктов	180	58.69
Хлеб ржаной	50	94.97
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	108.00
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	33.31
Винегрет овощной	200	160.06
Чай с сахаром	180	37.12
Хлеб пшеничный	40	87.31

Итого калорийность: 2458.67 Ккал.



РАНОК нагляд