

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

21 ноября 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша рисовая молочная жидкая	200	691.58
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	98.16
Какао с молоком	180	124.06
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Огурец консервированный	50	5.00
Суп - пюре из разных овощей	200	219.40
Жаркое по-домашнему	220	338.60
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.33
Хлеб ржаной	50	79.15
ПОЛДНИК		
Кефир	180	135.01
Булочка "молочная"	70	221.66
УЖИН		
Запеканка из творога	170	553.35
Соус кисельный	40	9.36
Чай с сахаром	180	36.25
Хлеб пшеничный	40	109.86


Итого калорийность: 2718.05 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени" Утверждаю:

Директор  Крутикова Т. Н.

Меню 22 Ноября 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша молочная пшеничная жи	200	661.60
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	40	92.38
Кофейный напиток с молоком	180	107.40
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с чесноком	50	38.18
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	89.43
Рыба припущенная в молоке	100	155.23
Макаронны отварные с овощам	130	170.56
Компот из смеси сухофруктов	180	59.98
Хлеб ржаной	50	111.74
ПОЛДНИК		
Кефир	180	127.06
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Овощи, припущенные в молочном соусе	230	471.25
Чай с сахаром	180	35.36
Хлеб пшеничный	40	103.42

Итого калорийность: 2438.58 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

23 Ноября 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор. кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	707.92
Масло сл. порц.	5	29.07
Батон нарезной	40	84.90
Чай с молоком	180	71.53
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат витаминный	50	45.14
Борщ с капустой и картофелем	200/8	95.94
Печень говяжья по-строгановски	100	264.79
Картофельное пюре	150	149.72
Компот из свежих плодов или ягод	180	67.13
Хлеб ржаной	50	102.68
ПОЛДНИК		
Кефир	180	116.76
Ватрушка с творогом	70	216.71
УЖИН		
Кнели рыбные припущенные	80	80.25
Плов "Бухарский"	130	217.99
Напиток морковно-яблочный	180	52.95
Хлеб пшеничный	40	78.57

Итого калорийность: 2382.05 Ккал.



РАНОК наглядный посс



АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

24 Ноября 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная вязка	200	700.33
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	40	112.16
Кофейный напиток с молоком	180	102.67
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из моркови	50	39.78
Суп с макаронными изделиями	200	96.85
Котлеты, куриные припущенн	70	237.90
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	321.34
Компот из смеси сухофруктов	180	58.43
Хлеб ржаной	50	90.45
ПОЛДНИК		
Кефир	180	128.57
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	31.42
Винегрет овощной	200	160.29
Чай с сахаром	180	35.78
Хлеб пшеничный	40	95.42

Итого калорийность: 2426.38 Ккал.



РАНОК наг

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

27 ноября 2023г.

Д/с



Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор. кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный рисовый	200	447.01
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	40	89.74
Кофейный напиток с молоком	180	89.74
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из моркови и яблок	50	34.25
Свекольник	200/8	111.69
Суфле из кур	80	411.34
Макароны отварные с овощам	130	165.71
Компот из смеси сухофруктов	180	44.69
Хлеб ржаной	50	108.52
ПОЛДНИК		
Кефир	180	123.43
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Запеканка из печени с рисом	70	214.09
Сложный гарнир (картофель отварной с капустой тушеной)	150	138.30
Чай с сахаром	180	36.56
Хлеб пшеничный	40	100.46

Итого калорийность: 2330.52 Ккал.



РАНОК нагля

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

28 Ноября 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша "Дружба"	200	607.08
Масло сл. порц.	5	29.07
Батон нарезной	40	89.74
Какао с молоком	180	116.95
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с чесноком	50	37.28
Суп картофельный с бобовым	200	129.00
Картофельная запеканка с мяс	200	377.93
Соус молочный к блюдам	40	31.42
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.30
Хлеб ржаной	50	108.52
ПОЛДНИК		
Кефир	180	133.92
Булочка "Розовая"	70	203.67
УЖИН		
Суфле творожное	170	481.28
Соус кисельный	40	3.78
Чай с сахаром	180	36.56
Хлеб пшеничный	40	100.46

Итого калорийность: 2554.96 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

29 ноября 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная вязка	200	694.00
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	40	89.74
Кофейный напиток с молоком	180	90.64
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из белокочанной капусты с яблоками	50	32.87
Рассольник "Ленинградский"	200/8	115.69
Котлеты рыбные любительски	80	139.37
Картофельное пюре	150	246.54
Компот из смеси сухофруктов	180	58.38
Хлеб ржаной	50	108.52
ПОЛДНИК		
Кефир	180	123.43
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.05
Свекла тушенная в молочном соусе	200	365.39
Чай с сахаром	180	36.56
Хлеб пшеничный	40	86.40

Итого калорийность: 2434.57 Ккал.



РАНОК наглядн по

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная ин-тернат "Ступени"

Утверждено

Директор

Крутинова Т. Н.

Меню

30 ноября 2023г.

Две

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша пшеничная молочная жидк	200	705.33
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	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
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: 2532.27 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

1 декабря 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная жидкая	200	641.44
Сыр сычужный твердый порции	10	35.29
Батон нарезной	40	113.16
Кофейный напиток с молоком	180	86.84
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы отварной	50	41.95
Суп крестьянский с крупой	200/8	87.56
Рагу из птицы	220	382.42
Компот из смеси сухофруктов	180	58.73
Хлеб ржаной	50	102.66
ПОЛДНИК		
Кефир	180	116.77
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Омлет "Драчена"	200	325.34
Чай с сахаром	180	35.68
Хлеб пшеничный	40	95.03

Итого калорийность: 2302.57 Ккал.



РАНОК наглядные

Творче

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Г. Н.

Меню

4 Декабря 2023г.

Д/с



Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Яйцо вареное (1/2)	1/2	32.05
Суп молочный с макаронными изделиями	200	449.90
Кофейный напиток с молоком	180	91.05
Батон нарезной	40	89.74
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из белокачанной капусты	50	99.04
Рассольник "Домашний"	200/8	107.83
Тефтели из говядины с соусом молочным	80/50	441.20
Каша гречневая рассыпчатая	120	204.04
Компот из смеси сухофруктов	180	53.19
Хлеб ржаной	50	108.54
ПОЛДНИК		
Кефир	180	123.43
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Голубцы овощные	200	229.14
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	206.70
Чай с сахаром	180	36.60
Хлеб пшеничный	40	75.01

Итого калорийность: 2472.16 Ккал.



РАНОК на

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступеньки"
Директор Крутикова Т. Н. Утверждаю:

Меню 5 Декабря 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша рисовая молочная жидкая	200	694.71
Масло сл. порц.	5	29.07
Батон нарезной	40	119.65
Какао с молоком	180	118.37
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Огурец консервированный	50	5.00
Суп - пюре из разных овощей	200	218.61
Жаркое по-домашнему	220	338.92
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.30
Хлеб ржаной	50	108.52
ПОЛДНИК		
Кефир	180	123.44
Булочка "молочная"	70	222.94
УЖИН		
Запеканка из творога	170	530.03
Соус кисельный	40	9.45
Чай с сахаром	180	36.56
Хлеб пшеничный	40	100.49

Итого калорийность: 2724.06 Ккал.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

6 Декабря 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша молочная пшеничная жи	200	656.79
Сыр сычужный твердый порци	10	35.29
Батон нарезной	40	84.90
Кофейный напиток с молоком	180	87.38
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из свеклы с чесноком	50	36.64
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	86.95
Рыба припущенная в молоке	100	270.69
Макароны отварные с овощам	130	170.73
Компот из смеси сухофруктов	180	59.81
Хлеб ржаной	50	102.66
ПОЛДНИК		
Кефир	180	116.76
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Овощи, припущенные в молочном соусе	230	469.35
Чай с сахаром	180	35.74
Хлеб пшеничный	40	95.03

Итого калорийность: 2488.42 Ккал.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

7 Декабря 2023г.

Д/с



Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	704.95
Масло сл. порц.	5	29.75
Батон нарезной	40	110.20
Чай с молоком	180	70.08
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат витаминный	50	44.45
Борщ с капустой и картофелем	200/8	94.99
Печень говяжья по-строгановс	100	265.30
Картофельное пюре	150	150.12
Компот из свежих плодов или ягод	180	66.81
Хлеб ржаной	50	99.95
ПОЛДНИК		
Кефир	180	113.69
Ватрушка с творогом	70	214.98
УЖИН		
Кнели рыбные припущенные	80	70.12
Плов "Бухарский"	130	217.81
Напиток морковно-яблочный	180	53.07
Хлеб пшеничный	40	75.88

Итого калорийность: 2382.15 Ккал.

