

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"
 Директор

Меню 15 Января 2024г. **Выход блюд**



Наименование блюд

ЗАВТРАК		
Суп молочный рисовый	200	740.96
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		
Салат из моркови и яблок	50	34.21
Свекольник	200/8	112.48
Суфле из кур	80	409.88
Макароны отварные с овощам	130	165.35
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: 3041.11 Ккал.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Крутикова Н.

Меню

16 Января 2024г.

Дис

Наименование блюд

Выход блюда

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша "Дружба"		608.21
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Какао с молоком	180	113.37

10 ЧАСОВ

Сок фруктовый	100	
---------------	-----	--

ОБЕД

Салат из свеклы с чесноком	50	37.29
Суп картофельный с бобовым	200	110.65
Картофельная запеканка с мяс	200	349.66
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	459.26
Соус кисельный	40	3.78
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2478.56 Ккал.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат" г. Ступени
Директор: Кривикова Т. Н.
Утверждаю: Д/с

17 Января 2024 г.

Наименование блюд
Выход блюд
Калорр, кк.

ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная в пакетах 200		653.04
Сыр сычужный твердый порции 10		35.65
Батон нарезной 40		104.68
Кофейный напиток с молоком 180		92.80

10 ЧАСОВ

Сок фруктовый 100		
-------------------	--	--

ОБЕД

Салат из белокочанной капусты с яблоками 50		32.87
Рассольник "Ленинградский" 200/8		117.94
Котлеты рыбные любительские 80		127.99
Картофельное пюре 150		242.90
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 тушеная в молочном соусе 200		367.40
Чай с сахаром 180		36.00
Хлеб пшеничный 40		93.76

Итого калорийность: 2406.16 Ккал.



РАНОК нап

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Меню

18 Января 2024г.

Крутикова Т. Н.
директор
АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Д/с

Наименование блюд

Вид блюд

Вес, гр. Калории, 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	90.33
Котлеты, куриные припущенн	70	238.23
Капуста тушеная	150	137.99
Компот из свежих плодов или ягòд	180	68.58
Хлеб ржаной	50	97.40

ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
Шанежка с картофелем	70	392.84

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: 2656.62 Ккал.



МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступень"

Директор

Меню

19 Января 2024г.



Наименование блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша манная молочная жидкая	200	407.43
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	42.27
Суп крестьянский с крупой	200/8	90.15
Рагу из птицы	220	359.17
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	210.99
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1942.61 Ккал.

