

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

## Меню

1 Февраля 2024г.

Д/с



Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша пшенная молочная жидк	200	707.45
Масло сл. порц	5	28.28
Батон нарезной	40	99.71
Чай с молоком	180	60.01
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат картофельный	50	59.13
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	96.49
Котлеты, куриные припущенн	70	238.47
Капуста тушеная	150	138.73
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.89
Хлеб ржаной	50	90.45
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	120.00
Шанежка с картофелем	70	260.67
<b>УЖИН</b>		
Рыба запеченая с яйцом	95	181.65
Рис припущенный	130	183.50
Напиток морковно-яблочный	180	53.31
Хлеб пшеничный	40	80.91

Итого калорийность: 2467.65 Ккал.



РАНОК нагл

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю

Директор

Крутилова Т. Н.

Меню

2 Февраля 2024г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша манная молочная жидкая	200	642.97
Сыр сычужный твердый порции	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 свеклы отварной	50	42.27
Суп картофельный с рыбой	200	142.60
Рагу из птицы	220	381.65
Хлеб ржаной	50	97.40
Компот из плодов или ягод сушеных	180	58.69
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Салат из белокочанной капусты с яблоками	50	32.87
Омлет натуральный	180	289.70
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2364.66 Ккал.



РА



# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Утверждаю:

Директор

Крутикова Т. Н.

Меню

5 Февраля 2024г.

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	449.03
Кофейный напиток с молоком	180	92.80
Батон нарезной	40	104.68
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из белокочанной капусты	50	65.14
Суп-пюре из картофеля	200	434.61
Тефтели из говядины с соусом молочным	80/50	509.53
Каша гречневая рассыпчатая	120	203.61
Компот из плодов или ягод сушеных	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>		
Голубцы овощные	200	224.19
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	211.50
Чай с сахаром	180	36.05
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2926.03 Ккал.



# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени" Утверждаю:  
Директор  Крутикова Т. Н.

Меню 6 Февраля 2024г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша рисовая молочная жидк	200	699.99
Сыр сычужный твердый порци	12	42.78
Батон нарезной	40	104.68
Какао с молоком	180	132.51
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с чесноком	50	64.27
Рассольник "Ленинградский"	200/8	114.42
Жаркое по-домашнему	200	309.33
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.58
Хлеб ржаной	50	97.40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	133.92
Булочка "молочная"	70	220.09
<b>УЖИН</b>		
Запеканка из творога	170	578.74
Соус кисельный	40	9.45
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2705.92 Ккал.

