

# МЕНЮ



АОУ "Адаптивная инклюзивная школа "Ступени" общ.образ. района "Свердловский" г. Челябинск

Директор: Крутикова Т. Н. Утверждено: Д/с

Меню 2 Сентября 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		42.66
Суп-пюре из картофеля	200		434.61
Тефтели из говядины с соусом молочным	80/50		231.93
Каша гречневая рассыпчатая	120		203.61
Компот из смеси сухофруктов	180		56.50
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		43.26
Чай с сахаром	180		36.05
Хлеб пшеничный	40		93.76

Итого калорийность: 2455.52 Ккал.



РАНОК на

# МЕНЮ

АОУ "Аддитивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

3 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>			
Каша рисовая молочная жидкая	200		699.99
Сыр сычужный твердый порции	10		35.65
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		41.79
Рассольник "Ленинградский"	200/8		114.42
Жаркое по-домашнему	220		421.59
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		3.15
Чай с сахаром	180		36.00
Хлеб пшеничный	40		93.76

Итого калорийность: 2782.27 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптированная школа-интернат "Ступени"

Директор

Утверждает:

Кругикова Т. Н.

Меню

4 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>			
Каша молочная пшеничная жи	200		652.27
Масло сливочное	5		28.28
Батон нарезной	40		104.68
Кофейный напиток с молоком	180		92.80
<b>10 ЧАСОВ</b>			
Сок фруктовый	100		
<b>ОБЕД</b>			
Маринад овощной с томатом	50		64.52
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8		85.75
Суфле из отварной рыбы	80		193.85
Картофельное пюре	150		242.90
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>			
Яйцо вареное	1/2		31.42
Свекла тушенная в молочном соусе	200		162.76
Чай с сахаром	180		36.05
Хлеб пшеничный	40		93.76

Итого калорийность: 2258.75 Ккал.

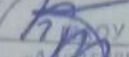


**РАНОК** наглядные пособия

# РАНОК



АОУ "Адаптивная шк-интернат" Утверждаю:

Директор  Крузикова Т. Н.

**Меню** 5 сентября 2024г. Д/с



Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>			
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая		200	705.91
Сыр сычужный твердый порци		10	35.65
Батон нарезной		40	104.68
Чай с молоком		180	62.63
<b>10 ЧАСОВ</b>			
Сок фруктовый		100	
<b>ОБЕД</b>			
Салат витаминный		50	46.30
Борщ с капустой и картофелем		200/8	97.44
Печень говяжья по-строгановс		100	228.86
Макаронные изделия отварны		150	210.40
Компот из свежих плодов или ягод		180	68.58
Хлеб ржаной		50	97.40
<b>ПОЛДНИК</b>			
Кефир		180	133.92
Сдоба обыкновенная		60	196.65
<b>УЖИН</b>			
Рыба запечен.с картофелем по-русски		240	203.28
Напиток морковно-яблочный		180	53.08
Хлеб пшеничный		40	93.76

**Итого калорийность: 2338.54 Ккал.**

**РАНОК** наглядные пособия

# ВНИЖУ

АОУ "Администрация по вопросам питания" Утверждено:

Директор: Крутцова Т. Н.

**Меню** 6 сентября 2024г. **До**

Наименование блюда	Выход блюда	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша ячневая молочная вязкая	200	221.71
Масло сливочное	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	180	92.80
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из моркови	50	43.30
Суп с макаронными изделиями	200	97.32
Котлеты, куриные припущенн	70	248.89
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	151.75
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>		
Суфле творожное	170	486.53
Соус кисельный	40	3.15
Чай с сахаром	180	36.05
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2077.93 Ккал.



**РАНОК**

наглядный  
пос

# МЕНЮ

АСУ "Администрация санатория "Степное" Утверждено:  
Директор Крутикова Т. Н.  
9 сентября 2024г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный рисовый	200	110.68
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>		
Огурец консервированный	50	5.00
Свекольник	200/8	112.22
Суфле из кур	80	470.72
Макаронные изделия отварны	150	210.40
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>		
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: 2092.04 Ккал.



РАНОК нагляд

# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступень"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. И.

**Меню** 10 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюд **Выход блюд**  
Вес, гр. Калор, кк.

## ЗАВТРАК

Каша "Дружба"	200	625.18
Масло сл. порц.	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Какао с молоком	180	133.33

## 10 ЧАСОВ

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

## ОБЕД

Салат из свеклы с чесноком	50	41.79
Суп картофельный с бобовым	200	128.63
Картофельная запеканка с мя	200	377.93
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

Сырники из творога	170	403.03
Соус кисельный	40	3.15
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2509.38 Ккал.



# МЕНЮ

АОУ "Администрация санатория "Сургутин"

Директор

Утверждаю

Хрусталева Т.И.

## Меню

11 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюда

Выход блюда

Вес, гр. Калор, кк.

### ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная вязкая	200	684.37
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 белокочанной капусты с яблоками	50	37.37
Рассольник "Домашний"	200/8	106.78
Котлеты рыбные любительски	80	150.47
Картофельное пюре	150	240.50
Компот из плодов или ягод сушеных	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
Винегрет овощной	200	160.33
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2243.84 Ккал.



Вкус маг



# МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

## Меню

12 Сентября 2024г.

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		248.89
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>			
Рыба запеченая с яйцом	95		223.69
Рис припущенный	130		183.78
Напиток морковно-яблочный	180		53.08
Хлеб пшеничный	40		93.76

Итого калорийность: 2558.99 Ккал.



# МЕНЮ

АОУ "Административная санатория "Ступень"

Директор

Утверждено:

Круглова Т. И.

Меню

13 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

## ЗАВТРАК

Каша манная молочная	200/5	407.43
Сыр сычужный твердый порци	10	35.65
Кофейный напиток с молоком	180	92.80
Батон нарезной	40	104.68

## 10 ЧАСОВ

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

## ОБЕД

Салат из свеклы отварной	50	42.27
Суп картофельный с рыбой	200	142.60
Рагу из птицы	220	381.65
Компот из плодов или ягод сушеных	180	58.69
Хлеб ржаной	50	97.40

## ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

## УЖИН

Салат из белокочанной капуст	50	42.66
Омлет натуральный	180	289.70
Чай с сахаром	180	36.00
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2138.91 Ккал.



# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Утверждаю:

Кругликова Т. Н.

## Меню

16 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

### ЗАВТРАК

Яйцо вареное (1/2)	1.8/2	32.68
Суп молочный с макаронными изделиями	201	148.86
Кофейный напиток с молоком	180	93.20
Батон нарезной	36.4	95.15

### 10 ЧАСОВ

Сок фруктовый	90.9	
---------------	------	--

### ОБЕД

Салат из белокочанной капусты	50.1	43.58
Суп-пюре из картофеля	199	428.88
Тефтели из говядины с соусом молочным	81.1/50	235.54
Каша гречневая рассыпчатая	120	204.41
Компот из смеси сухофруктов	180	54.66
Хлеб ржаной	59.1	115.11

### ПОЛДНИК

Кефир	176	130.90
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

### УЖИН

Голубцы овощные	199	221.28
Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40.2	44.34
Чай с сахаром	180	36.40
Хлеб пшеничный	34.6	80.99

Итого калорийность: 2145.68 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

# МЕНЮ

Максимум "Администрация по вопросам "Ступени" Главархив  
Директор *К. пр.* Брусилова Т. П.

Меню 17 Сентября 2024г. Д/с

Наименование блюда	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша рисовая молочная жидкая	200	702.80
Сыр сычужный твердый порции	10	35.65
Батон нарезной	40	104.68
Какао с молоком	195	121.21
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с чесноком	50.2	43.84
Рассольник "Ленинградский"	203/8	113.40
Жаркое по-домашнему	220	295.81
Компот из свежих плодов или ягод	179	68.83
Хлеб ржаной	43.3	84.41
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	194	133.96
Булочка "молочная"	69.8	220.34
<b>УЖИН</b>		
Запеканка из творога	178	584.44
Соус кисельный	40	3.15
Чай с сахаром	180	36.37
Хлеб пшеничный	50	117.20

Итого калорийность: 2666.09 Ккал.



**РАНОК** наглядный рацион

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"  
Директор *Т. Н. Крутикова* Утверждаю:  
Крутикова Т. Н.  
18 Сентября 2024г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша молочная пшеничная жи	199	650.86
Масло сливочное	5.13	30.88
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	190	93.80
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Маринад овощной с томатом	50.8	65.94
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	85.07
Суфле из отварной рыбы	84.6	211.50
Картофельное пюре	150	240.09
Хлеб ржаной	50	97.40
Компот из плодов или ягод сушеных	181	59.30
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	161	133.96
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Яйцо вареное	3/2	34.56
Свекла тушенная в молочном соусе	203	383.62
Чай с сахаром	180	36.40
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2501.52 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия

# МЕНЮ

МБОУ "Администрация образовательного центра "Ступени"  
Директор: Крутикова Т. П. Утверждено:  
19 Сентября 2024г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	707.48
Сыр сычужный твердый порци	10	35.65
Батон нарезной	40	104.68
Чай с молоком	198	62.65
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат витаминный	49.9	44.16
Борщ с капустой и картофелем	200/8	97.66
Печень говяжья по-строгановс	100	228.76
Макаронные изделия отварны	150	210.34
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.31
Хлеб ржаной	50	97.40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	161	133.92
Сдоба обыкновенная	60.9	198.09
<b>УЖИН</b>		
Рыба запечен.с картофелем по-русски	240	204.49
Напиток морковно-яблочный	180	52.94
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2341.29 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия

Творче  
СОСОН

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная инклюзивная школа "Ступени"  
Директор: Крутикова Т. Н.  
Утверждено: Крутикова Т. Н.  
20 Сентября 2024г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша ячневая молочная вязкая	215	683.69
Масло сливочное	5	28.28
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	184	92.96
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из моркови	50.3	43.62
Суп с макаронными изделиями	200	97.61
Котлеты, куриные припущенн	70	238.54
Овощи, припущенные в молочном соусе	151	309.42
Компот из плодов или ягод сушеных	181	59.02
Хлеб ржаной	50	97.40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	181	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Суфле творожное	169	452.44
Соус кисельный	40	3.15
Чай с сахаром	180	36.29
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2654.48 Ккал.



**РАНОК** наглядные пособия

# МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступень"

Директор

Крупикова Т. Н.

Меню 23 Сентября 2024г.

Д/с

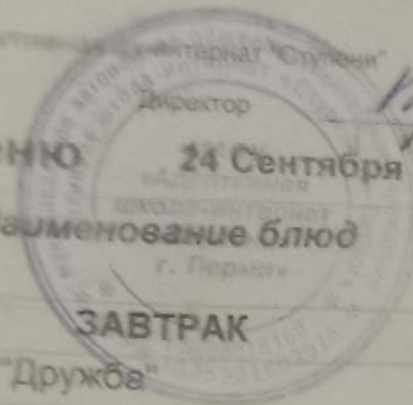
Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный рисовый	201	454.03
Сыр сычужный твердый порци	9.9	35.29
Батон нарезной	37.5	98.14
Кофейный напиток с молоком	177	90.98
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	93.7	
<b>ОБЕД</b>		
Огурец консервированный	50	5.00
Свекольник	200/8	113.50
Суфле из кур	68.6	455.79
Макаронные изделия отварны	150	211.98
Компот из плодов или ягод сушеных	180	58.43
Хлеб ржаной	40.7	79.17
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	182	135.01
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Запеканка из печени с рисом	70.9	216.71
Сложный гарнир (картофель отварной с капустой тушеной)	150	139.27
Чай с сахаром	180	36.25
Хлеб пшеничный	47	109.89

Итого калорийность: 2419.14 Ккал.





МАОУ "Администрация интернат "Ступени"  
 директор *Т. Н. Крутикова* Утверждаю:  
 Крутикова Т. Н.  
**Меню** 24 Сентября 2024г. Д/с



Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша "Дружба"	201	634.25
Масло сл. порц.	5.33	30.14
Батон нарезной	40	104.68
Какао с молоком	170	127.05
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с чесноком	49.8	40.31
Суп картофельный с бобовым	200	130.39
Картофельная запеканка с мяс	200	377.56
Соус молочный к блюдам	40	31.42
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.31
Хлеб ржаной	43.3	84.41
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	193	144.00
Булочка "Розовая"	70.2	201.55
<b>УЖИН</b>		
Сырники из творога	183	420.78
Соус кисельный	40	3.15
Чай с сахаром	180	36.01
Хлеб пшеничный	33.3	78.13

Итого калорийность: 2513.14 Ккал.



**РАНОК**

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"

Директор

Кругикова Т. Н.

Утверждаю:

Д/с

## Меню

25 Сентября 2024г.

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

### ЗАВТРАК

Каша ячневая молочная вязкая	200	686.51
Сыр сычужный твердый порции	9.9	35.29
Батон нарезной	36.4	95.15
Кофейный напиток с молоком	181	93.74

### 10 ЧАСОВ

Сок фруктовый	90.9	
---------------	------	--

### ОБЕД

Салат из белокочанной капусты с яблоками	49.9	36.63
Рассольник "Домашний"	200/8	105.58
Котлеты рыбные любительские	79	145.35
Картофельное пюре	150	241.00
Компот из плодов или ягод сушеных	181	59.30
Хлеб ржаной	59.1	115.11

### ПОЛДНИК

Кефир	176	130.91
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

### УЖИН

Яйцо вареное (1/2)	1.8/2	32.68
Винегрет овощной	200	160.29
Чай с сахаром	180	36.36
Хлеб пшеничный	39.4	92.33

Итого калорийность: 2245.93 Ккал.



РАНОК

# МЕНЮ

МАСЛУ "Адзгавіная са-васерыт "Ступіні"

Дырэктар

Удзельнік

Зідзіткова І. П.

Меню 26 Сентября 2024г.

МАСЛУ Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

## ЗАВТРАК

Каша пшеничная молочная жидк	199	698.79
Масло сл. порц.	5.15	29.12
Батон нарезной	40	104.68
Чай с молоком	180	63.08

## 10 ЧАСОВ

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

## ОБЕД

Салат картофельный	49.9	57.49
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	97.60
Котлеты, куриные припущенн	69.9	248.88
Калуста тушеная	150	138.07
Компот из свежих плодов или ягод	180	69.15
Хлеб ржаной	50	97.40

## ПОЛДНИК

Кефир	180	133.96
Шанежка с картофелем	69.3	259.35

## УЖИН

Рыба запеченая с яйцом	95.2	228.27
Рис припущенный	130	184.62
Напиток морковно-яблочный	180	53.33
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2557.55 Ккал.



РАНОК

# МЕНЮ



МАОУ "Администрация городского округа "Ступино"

Директор

Утверждаю:

Крутинина Т. И.

Меню

27 Сентября 2024г.

Д/с



Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша манная молочная	200/5	406.72
Сыр сычужный твердый порци	9.9	35.29
Кофейный напиток с молоком	180	93.20
Батон нарезной	40	104.68
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктовый	100	
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы отварной	49.9	41.55
Суп картофельный с рыбой	200	141.95
Рагу из птицы	220	382.52
Компот из плодов или ягод сушеных	181	59.30
Хлеб ржаной	50	97.40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	180	133.96
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
<b>УЖИН</b>		
Салат из белокочанной капуст	50	41.95
Омлет натуральный	180	289.41
Чай с сахаром	180	36.35
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2137.74 Ккал.



РА