

МЕНЮ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени"
 Директор *Курдюмова Т.Н.* Утверждено
 Меню 30 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

АОУ "Адаптивная шк-интернат "Ступени"

Директор

Меню

1 Октября 2024г

Наименование блюд



ЗАВТРАК

Каша рисовая молочная жидкая	199	95.52
Сыр сычужный твердый порции	9.9	35.29
Батон нарезной	34.3	89.74
Какао с молоком	180	113.54

10 ЧАСОВ

Сок фруктовый	85.7	
---------------	------	--

ОБЕД

Салат из свеклы с чесноком	50.1	65.51
Рассольник "Ленинградский"	200/8	141.89
Жаркое по-домашнему	220	343.99
Компот из свежих плодов или ягод	180	68.30
Хлеб ржаной	55.7	108.52

ПОЛДНИК

Кефир	166	123.43
Булочка "молочная"	69.9	219.28

УЖИН

Запеканка из творога	170	359.21
Соус кисельный	40	9.45
Чай с сахаром	180	36.56
Хлеб пшеничный	42.9	100.46

Итого калорийность: 2510.69 Ккал.



РАНОК

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная школа-интернат"



Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

2. Октября 2024г.

Д/с

Наименование блюд

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша молочная пшеничная жи	201	658.92
Масло сливочное	5.14	29.07
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	180	93.18

10 ЧАСОВ

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

ОБЕД

Маринад овощной с томатом	50.3	42.60
Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	85.79
Суфле из отварной рыбы	79.8	193.22
Картофельное пюре	150	148.88
Хлеб ржаной	50	97.40
Компот из плодов или ягод сушеных	180	58.38

ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96

УЖИН

Яйцо вареное	1.4/2	32.05
Свекла тушеная в молочном соусе	199	371.05
Чай с сахаром	180	36.61
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2359.21 Ккал.



РАНОК

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная шк-интернат"

Директор

Утверждаю:

Крутикова Т. Н.

Меню

Д/с

Наименование блюда

Выход блюд

Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	199	701.45
------------------------------------	-----	--------

Сыр сычужный твердый порции	9.9	35.29
-----------------------------	-----	-------

Батон нарезной	40	104.68
----------------	----	--------

Чай с молоком	180	63.27
---------------	-----	-------

10 ЧАСОВ

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

ОБЕД

Салат витаминный	50.3	47.24
------------------	------	-------

Борщ с капустой и картофелем	200/8	97.35
------------------------------	-------	-------

Печень говяжья по-строгановски	100	229.72
--------------------------------	-----	--------

Макаронные изделия отварные	150	211.49
-----------------------------	-----	--------

Компот из свежих плодов или ягод	180	68.30
----------------------------------	-----	-------

Хлеб ржаной	50	97.40
-------------	----	-------

ПОЛДНИК

Кефир	180	133.92
-------	-----	--------

Сдоба обыкновенная	60	197.23
--------------------	----	--------

УЖИН

Рыба запечен.с картофелем по-русски	240	201.48
-------------------------------------	-----	--------

Напиток морковно-яблочный	180	53.64
---------------------------	-----	-------

Хлеб пшеничный	40	93.76
----------------	----	-------

Итого калорийность: 2336.22 Ккал.



МЁД

МЕНЮ

АОУ "Адаптивная гимназия" Утверждено: Кругликова Т. Н.

4 Октября 2024г. Д/с

Наименование блюда Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная вязкая	200	655.18
Масло сливочное	5.15	29.12
Батон нарезной	40	104.68
Кофейный напиток с молоком	180	93.20
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый	100	
ОБЕД		
Салат из моркови	50	42.62
Суп с макаронными изделиями	200	97.01
Котлеты, куриные припущенные	70	238.30
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	126.62
Компот из плодов или ягод сушеных	181	59.30
Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК		
Кефир	180	133.96
Печенье	2	130.74
Яблоко	1	48.96
УЖИН		
Суфле творожное	171	463.11
Соус кисельный	40.1	3.82
Чай с сахаром	180	36.40
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2454.18 Ккал.



РАНОК наглядные пособия

