

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 03.10.2023

Категория проживающие с 7-11 лет (г

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	19,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	19,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	19,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	19,00	0,700	0,120	24,500	102,00
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	19,00	0,840	0,960	4,620	31,20
6 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	19,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,550		36,290	18,260	85,470	659,300
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	19,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	19,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	19,00				
Итого:	0,235		5,800	5,000	9,600	108,000
<b>УЖИН</b>						
1 РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 0,250 /0,075 11	0,250/0,07	19,00	18,600	21,300	26,700	375,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	19,00	1,900	8,900	7,700	119,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	19,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	19,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,715		28,950	33,460	107,300	870,600
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	19,00	5,510	4,500	7,200	95,40
2 САХАР 0,020	0,020	19,00			20,000	80,00
Итого:	0,200		5,510	4,500	27,200	175,400
Всего:	1,880		77,25	61,92	247,17	1897,90

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 03.10.2023

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	18,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	18,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	18,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	18,00	0,700	0,120	24,500	102,00
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	18,00	0,840	0,960	4,620	31,20
6 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	18,00	7,150	8,230	24,950	204,10
7 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	18,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,730		36,990	18,960	103,070	743,900
Всего:	0,730		36,99	18,96	103,07	743,90

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 03.10.2023

Категория проходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	109,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	109,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	109,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	109,00	0,700	0,120	24,500	102,00
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,100	0,100	109,00	1,400	1,600	7,700	52,00
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	109,00	0,700	0,700	17,600	84,60
7 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	106,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,825		41,580	23,800	130,900	916,200
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	109,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050	100/50	109,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	109,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	109,00	1,600	10,000	3,580	110,60
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	109,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	109,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	109,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	109,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	109,00				
Итого:	1,032		40,450	32,510	135,230	797,900
Всего:	1,857		82,03	56,31	266,13	1714,10

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 03.10.2023

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	3,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	3,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	3,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,100	0,100	3,00	1,400	1,600	7,700	52,00
5 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	3,00	11,180	12,430	49,700	355,60
6 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	3,00	0,700	0,120	24,500	102,00
Итого:	0,645		40,880	23,100	113,300	831,600
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	3,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	2,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050	100/50	2,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	2,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	2,00	1,600	10,000	3,580	110,60
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	2,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	2,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	2,00				
Итого:	1,038		40,450	32,510	135,230	797,900
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	3,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ)	0,045	3,00	2,200	0,300	35,000	178,00
Итого:	0,245		8,000	5,300	44,600	286,000
<b>УЖИН</b>						
1 РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 0,250 /0,075 11	0,250/0,07	3,00	18,600	21,300	26,700	375,00
2 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,100	0,100	3,00	1,300	0,100	4,900	26,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	3,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,735		30,050	25,300	113,000	829,400
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 РЯЖЕНКА 0,200	0,200	3,00	5,800	5,000	8,400	108,00
Итого:	0,200		5,800	5,000	8,400	108,000
Всего:	3,043		125,88	91,91	432,13	2937,50

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 03.10.2023

Категория Проживающие 1-4 кл. ( 7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	21,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050	100/50	21,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	21,00	3,150	1,200	22,050	112,50
4 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,00	21,00	1,080	6,060	1,800	67,80
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	21,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	21,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	21,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	21,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	21,00				
Итого:	0,933		37,180	27,530	117,600	665,800
Всего:	0,933		37,18	27,53	117,60	665,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 03.10.2023

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	28,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗИУМ 0,020	0,02	28,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	28,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	28,00	0,700	0,120	24,500	102,00
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0, 100	0,100	28,00	1,400	1,600	7,700	52,00
6 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	28,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,645		40,880	23,100	113,300	831,600
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	28,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	28,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050	100/50	28,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	28,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	28,00	1,600	10,000	3,580	110,60
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	28,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	28,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	28,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	28,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	28,00				
Итого:	1,038		40,450	32,510	135,230	797,900
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	28,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	28,00				
Итого:	0,235		5,800	5,000	9,600	108,000
<b>УЖИН</b>						
1 РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 0,250 /0,075 11	0,250/0,07	28,00	18,600	21,300	26,700	375,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	28,00	1,900	8,900	7,700	119,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	28,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	28,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	28,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,735		30,650	34,100	115,800	922,400
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	28,00	5,510	4,500	7,200	95,40
2 САХАР 0,020	0,020	28,00			20,000	80,00
Итого:	0,200		5,510	4,500	27,200	175,400
Всего:	3,033		123,99	99,91	418,73	2919,90

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 03.10.2023

Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	19,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050	100/50	19,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	19,00	3,150	1,200	22,050	112,50
4 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,00	19,00	1,080	6,060	1,800	67,80
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	19,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	19,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	19,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	19,00				
Итого:	0,927		37,180	27,530	117,600	665,800
Всего:	0,927		37,18	27,53	117,60	665,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)