

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 06.10.2023

Категория приходящие с 12лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,00	107,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	107,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	107,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	107,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/1	107,00	12,900	14,600	49,300	383,00
6 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 0,200	0,200	107,00	0,800	0,800	19,600	94,00
Итого:	0,957		30,300	42,900	121,200	1002,000
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	107,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	107,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	107,00	22,900	13,060	8,380	244,17
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	107,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	107,00	4,420	0,350	12,580	69,00
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	107,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	107,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	107,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	107,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	107,00				
11 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	107,00				
Итого:	1,044		57,650	30,200	160,410	1172,770
Всего:	2,001		87,95	73,10	281,61	2174,77

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 06.10.2023

Категория проживающие с 7-11 лет (г

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 Омлет натуральный 0,105/0,005	0,105/0,00	19,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 Пюре картоф. 0,150	0,150	19,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 икра кабачковая конс. с т.о 0,060	0,060	19,00	0,960	3,780	4,440	54,48
4 чай с лимоном 0,200/0,007/0,015	200/7/15	19,00	0,200		13,600	56,00
5 хлеб в/с (пшеничный) масло, сыр.	0,050/0,01	19,00				
Итого:	0,612		14,610	21,980	41,690	422,980
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 фрукты свежие (яблоко) 0,200	0,200	19,00	0,800	0,800	19,600	94,00
Итого:	0,200		0,800	0,800	19,600	94,000
Всего:	0,812		15,41	22,78	61,29	516,98

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 06.10.2023



Категория проживающие с 12лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,00	29,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	29,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	29,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	29,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/1	29,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,757		29,500	42,100	101,600	908,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 0,200	0,200	29,00	0,800	0,800	19,600	94,00
Итого:	0,200		0,800	0,800	19,600	94,000
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	29,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	29,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	29,00	22,900	13,060	8,380	244,17
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	29,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	29,00	4,420	0,350	12,580	69,00
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	29,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	29,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	29,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	29,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	29,00				
11 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	29,00				
Итого:	1,050		57,650	30,200	160,410	1172,770
Всего:	2,007		87,95	73,10	281,61	2174,77

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 06.10.2023

Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	18,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	18,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,075 / 0,100	0,175	18,00	29,200	19,700	10,300	338,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	18,00	6,600	5,370	38,300	228,58
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	18,00	1,100	0,200	3,800	24,00
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	18,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	18,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	18,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	18,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	18,00				
Итого:	0,987		57,610	34,940	137,150	1122,980
Всего:	0,987		57,61	34,94	137,15	1122,98

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 06.10.2023



Категория Проживающие 1-4 кл. (7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	20,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	20,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,075 / 0,100	0,175	20,00	29,200	19,700	10,300	338,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	20,00	6,600	5,370	38,300	228,58
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	20,00	1,100	0,200	3,800	24,00
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	20,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	20,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	20,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	20,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	20,00				
Итого:	0,993		57,610	34,940	137,150	1122,980
Всего:	0,993		57,61	34,94	137,15	1122,98

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М.Е.НЮ
от 06.10.2023



Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,00	18,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	18,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС. С Т.О 0,060	0,060	18,00	0,960	3,780	4,440	54,48
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	18,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,01	18,00				
6 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 0,200	0,200	18,00	0,800	0,800	19,600	94,00
Итого:	0,812		15,410	22,780	61,290	516,980
Всего:	0,812		15,41	22,78	61,29	516,98

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

МЕНЮ
от 06.10.2023



Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,00	3,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	3,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	3,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	3,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/1	3,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,757		29,500	42,100	101,600	908,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 0,200	0,200	3,00	0,800	0,800	19,600	94,00
Итого:	0,200		0,800	0,800	19,600	94,000
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	2,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	2,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,075 / 0,100	0,175	2,00	29,200	19,700	10,300	338,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	2,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	2,00	1,100	0,200	3,800	24,00
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	2,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	2,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	2,00				
11 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	0,00				
Итого:	1,050		60,630	36,690	153,550	1221,600
Всего:	2,007		90,93	79,59	274,75	2223,60

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

МЕНЮ
от 06.10.2023

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,00	10,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	10,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	10,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	10,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/1	10,00	12,900	14,600	49,300	383,00
6 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 0,200	0,200	10,00	0,800	0,800	19,600	94,00
Итого:	0,957		30,300	42,900	121,200	1002,000
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	8,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	8,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	8,00	22,900	13,060	8,380	244,17
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	8,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	8,00	1,100	0,200	3,800	24,00
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	8,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	8,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	8,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	8,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	8,00				
11 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	8,00				
Итого:	1,044		54,330	30,050	151,630	1127,770
Всего:	2,001		84,63	72,95	272,83	2129,77

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____