

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.Б.НЮ  
от 09.10.2023

Категория проживающие с 12лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен- ность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	32,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	32,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	32,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	32,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		23,280	23,100	95,100	682,600
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	32,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	32,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	32,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	32,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	32,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,05	32,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР )	0,180	32,00	7,920	6,480	46,200	275,40
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	32,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	32,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	32,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	32,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	32,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	32,00				
Итого:	1,003		42,760	29,700	158,130	1081,590
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	32,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	32,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТ. 0,270 11	0,270	32,00	10,900	11,900	29,800	279,00
2 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	32,00	1,600	10,000	3,580	110,60
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	32,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	32,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	32,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,712		22,330	32,650	95,910	800,100
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	32,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,190		112,88	102,45	453,64	3248,29

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 09.10.2023

Категория Приходящие 1-4 кл. ( 7-11

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	21,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	21,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	21,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,05	21,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР )	0,150	21,00	6,600	5,370	38,300	228,58
6 ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 0,100	0,100	21,00	0,800	0,100	2,500	14,00
7 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	21,00	0,600	0,400	32,600	140,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	21,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	21,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
Итого:	0,947		39,280	26,400	138,240	956,180
Всего:	0,947		39,28	26,40	138,24	956,18

шеф-повар \_\_\_\_\_

Медицинская сестра(диетическая) \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 09.10.2023

Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	113,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	113,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	113,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	113,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	113,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	113,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,815		25,780	25,700	133,300	902,200
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	113,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	113,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	113,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,05	113,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР )	0,150	113,00	6,600	5,370	38,300	228,58
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	113,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	113,00	0,600	0,400	32,600	140,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	113,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	113,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	113,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	113,00				
Итого:	0,967		41,480	28,940	154,940	1060,980
Всего:	1,782		67,26	54,64	288,24	1963,18

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



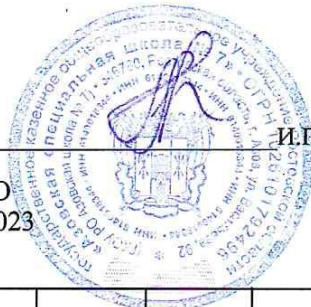
ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 09.10.2023



Категория проходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	18,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	18,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	18,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	18,00	0,700	0,700	17,600	84,60
5 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	18,00	1,800	1,900	20,600	135,00
6 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	18,00	2,500	1,370	26,900	129,00
Итого:	0,710		20,850	20,560	104,910	723,700
Всего:	0,710		20,85	20,56	104,91	723,70

шеф-повар \_\_\_\_\_

Медицинская сестра(диетическая) \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

**М Е Н Ю**  
от 09.10.2023

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	19,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	19,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	19,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	19,00	2,500	1,370	26,900	129,00
Итого:	0,510		18,350	17,960	66,710	504,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	19,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	19,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	19,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	19,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТ. 0,270 11	0,270	19,00	10,900	11,900	29,800	279,00
2 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,00	19,00	1,080	6,060	1,800	67,80
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	19,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	19,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,657		20,110	28,070	85,630	705,500
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	19,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	2,027		62,97	63,03	256,84	1893,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 09.10.2023

Категория Проживающие 1-4 кл. ( 7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	21,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	21,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	21,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,05	21,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР )	0,150	21,00	6,600	5,370	38,300	228,58
6 ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 0,100	0,100	21,00	0,800	0,100	2,500	14,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	21,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	21,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	21,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	21,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	21,00				
Итого:	0,953		39,240	26,050	133,530	929,970

Всего:

0,953

39,24

26,05

133,53

929,97

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 09.10.2023

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	4,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	4,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	4,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	4,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		23,280	23,100	95,100	682,600
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	4,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРИЩ 0,250 11	0,250	2,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	2,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	2,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,05	2,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР )	0,180	2,00	7,920	6,480	46,200	275,40
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	2,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	2,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	2,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	2,00				
10 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
11 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	1,003		42,760	29,700	158,130	1081,590
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	4,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТ. 0,270 11	0,270	4,00	10,900	11,900	29,800	279,00
2 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	4,00	1,600	10,000	3,580	110,60
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	4,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	4,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,712		22,330	32,650	95,910	800,100
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	4,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,190		112,88	102,45	453,64	3248,29

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 09.10.2023

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	11,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	11,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	11,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	11,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	11,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	11,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,815		25,780	25,700	133,300	902,200
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	8,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	8,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	8,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,05	8,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР )	0,180	8,00	7,920	6,480	46,200	275,40
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	8,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	8,00	0,600	0,400	32,600	140,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	8,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	8,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	8,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	8,00				
Итого:	0,997		42,800	30,050	162,840	1107,800
Всего:	1,812		68,58	55,75	296,14	2010,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)