

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 16.10.2023

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	18,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	18,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	18,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,01	18,00				
Итого:	0,510		9,530	8,620	39,900	277,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	20,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	20,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	20,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	20,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,300		15,300	10,500	34,500	296,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТ. 0,270 11	0,270	20,00	10,900	11,900	29,800	279,00
2 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,060	20,00	1,560	3,000	1,860	41,40
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	20,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,МАСЛО 50/10	0,060	20,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	20,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,652		20,590	25,010	85,690	679,100
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	20,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	2,022		52,23	49,73	217,49	1572,10

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 16.10.2023

Категория проходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	17,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	17,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	17,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,01	17,00				
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	17,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,790		19,730	14,820	82,400	549,600
Всего:	0,790		19,73	14,82	82,40	549,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 16.10.2023

Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	98,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	98,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	98,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/1	98,00	12,900	14,600	49,300	383,00
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	98,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	98,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,895		33,400	30,220	134,800	955,600
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	98,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	98,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	98,00	3,880	1,420		28,40
4 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	98,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	98,00	1,300	2,000	10,700	67,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	98,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	98,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	98,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	98,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	98,00				
Итого:	0,957		50,940	30,480	122,930	999,470
Всего:	1,852		84,34	60,70	257,73	1955,07

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 16.10.2023

Категория Проживающие 1-4 кл. (7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
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 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	21,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	21,00	1,300	2,000	10,700	67,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	21,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	21,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	21,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	21,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	21,00				
Итого:	0,943		49,240	29,840	114,430	947,670
Всего:	0,943		49,24	29,84	114,43	947,67

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 16.10.2023

Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	19,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	19,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	19,00	3,880	1,420		28,40
4 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	19,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	19,00	1,300	2,000	10,700	67,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	19,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	19,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	19,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	19,00				
Итого:	0,937		49,240	29,840	114,430	947,670
Всего:	0,937		49,24	29,84	114,43	947,67

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 16.10.2023

Категория проживающие с 12лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	24,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	24,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	24,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/1	24,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,615		23,200	24,020	92,300	683,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	28,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	28,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
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 МАКАРОНИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	32,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	32,00	1,300	2,000	10,700	67,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	32,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	32,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	32,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	32,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	32,00				
Итого:	0,963		50,940	30,480	122,930	999,470
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	32,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	32,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,300		15,300	10,500	34,500	296,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТ. 0,270 11	0,270	32,00	10,900	11,900	29,800	279,00
2 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,100	32,00	2,600	5,000	3,100	69,00
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		23,330	27,650	95,430	758,500
ВТОРОЙ УЖИН						
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:	3,150		119,58	98,25	402,56	3056,97

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

