

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 28.11.2023

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	12,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	12,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 ИЗЮМ 0,020	0,02	12,00	0,200	0,050	6,500	28,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	12,00	3,870	3,100	25,200	145,50
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,100	0,100	12,00	1,400	1,600	7,700	52,00
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	12,00	0,700	0,700	17,600	84,60
7 КОНДИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	12,00	1,800	1,900	20,600	135,00
8 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	12,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,845		46,550	28,680	152,200	1094,700
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	8,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050	100/50	8,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 СОУС ТОМАТНЫЙ 0,050 Д/Р	0,050	8,00	0,600	1,000	3,100	24,00
4 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	8,00	4,200	1,600	29,400	150,00
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	8,00	1,400	4,900	6,000	76,00
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	8,00	0,200		26,000	106,00
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				
Итого:	1,092		40,850	28,410	140,750	787,300
Всего:	1,937		87,40	57,09	292,95	1882,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 28.11.2023

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	4,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	4,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 ИЗЮМ 0,020	0,02	4,00	0,200	0,050	6,500	28,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	4,00	3,870	3,100	25,200	145,50
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,100	0,100	4,00	1,400	1,600	7,700	52,00
6 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	4,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,645		44,050	26,080	114,000	875,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	4,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
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 СОУС ТОМАТНЫЙ 0,050 Д/Р	0,050	2,00	0,600	1,000	3,100	24,00
4 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	2,00	4,200	1,600	29,400	150,00
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	2,00	1,400	4,900	6,000	76,00
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	2,00	0,200		26,000	106,00
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				
Итого:	1,098		40,850	28,410	140,750	787,300
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	4,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
УЖИН						
1 РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 0,250 /0,075 11	0,250/0,075	4,00	18,600	21,300	26,700	375,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	4,00	1,900	8,900	7,700	119,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	4,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,735		30,650	34,100	115,800	922,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	4,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	3,058		129,05	100,69	425,95	3009,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

[Подпись]

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю.
от 28.11.2023

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 КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	18,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050	100/50	18,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 СОУС ТОМАТНЫЙ 0,050 Д/Р	0,050	18,00	0,600	1,000	3,100	24,00
4 ШОРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	18,00	3,150	1,200	22,050	112,50
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,005	18,00	1,080	6,060	1,800	67,80
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	18,00	0,200		26,000	106,00
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 0,004	0,004	18,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	18,00				
Итого:	0,983		37,780	28,530	120,700	689,800
Всего:	0,983		37,78	28,53	120,70	689,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 28.11.2023

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 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 СОУС ТОМАТНЫЙ 0,050 Д/Р	0,050	21,00	0,600	1,000	3,100	24,00
4 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	21,00	3,150	1,200	22,050	112,50
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,005	21,00	1,080	6,060	1,800	67,80
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	21,00	0,200		26,000	106,00
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 0,0025	0,0025	21,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
Итого:	0,977		37,780	28,530	120,700	689,800
Всего:	0,977		37,78	28,53	120,70	689,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 28.11.2023

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	17,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	17,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 ИЗЮМ 0,020	0,02	17,00	0,200	0,050	6,500	28,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	17,00	3,870	3,100	25,200	145,50
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	17,00	0,840	0,960	4,620	31,20
6 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	17,00	7,150	8,230	24,950	204,10
7 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
8 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	17,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,750		41,960	23,840	124,370	922,400
Всего:	0,750		41,96	23,84	124,37	922,40

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М.Е.НЮ
от 28.11.2023.

Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	113,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	113,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 ИЗЮМ 0,020	0,02	113,00	0,200	0,050	6,500	28,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	113,00	3,870	3,100	25,200	145,50
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	113,00	0,840	0,960	4,620	31,20
6 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	113,00	11,180	12,430	49,700	355,60
7 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	113,00	0,700	0,700	17,600	84,60
8 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	113,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,805		45,990	28,040	149,120	1073,900
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	113,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050	100/50	113,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 СОУС ТОМАТНЫЙ 0,050 Д/Р	0,050	113,00	0,600	1,000	3,100	24,00
4 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	113,00	4,200	1,600	29,400	150,00
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	113,00	1,600	10,000	3,580	110,60
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	113,00	0,200		26,000	106,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	113,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	113,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	113,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	113,00				
Итого:	1,082		41,050	33,510	138,330	821,900
Всего:	1,887		87,04	61,55	287,45	1895,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю
от 28.11.2023

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	17,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	17,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 ИЗЮМ 0,020	0,02	17,00	0,200	0,050	6,500	28,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	17,00	3,870	3,100	25,200	145,50
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	17,00	0,840	0,960	4,620	31,20
6 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	17,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,550		39,460	21,240	86,170	702,800
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	17,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	17,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
УЖИН						
1 РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 0,250 /0,075 11	0,250/0,075	17,00	18,600	21,300	26,700	375,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС. С.Т.О 0,060	0,060	17,00	0,960	3,780	4,440	54,48
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	17,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	17,00	3,400	1,260	17,000	103,60
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	17,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,675		28,010	28,340	104,040	806,080
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	17,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	1,775		80,08	60,91	244,31	1917,08

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 28.11.2023

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	28,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	28,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 ИЗЮМ 0,020	0,02	28,00	0,200	0,050	6,500	28,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	28,00	3,870	3,100	25,200	145,50
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	28,00	0,840	0,960	4,620	31,20
6 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	28,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,605		43,490	25,440	110,920	854,300
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
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
ОБЕД						
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 СОУС ТОМАТНЫЙ 0,050 ДР	0,050	28,00	0,600	1,000	3,100	24,00
4 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	28,00	4,200	1,600	29,400	150,00
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	28,00	1,600	10,000	3,580	110,60
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	28,00	0,200		26,000	106,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	28,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	28,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	28,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	28,00				
Итого:	1,088		41,050	33,510	138,330	821,900
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	28,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	28,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
УЖИН						
1 РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 0,250 /0,075 11	0,250/0,075	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
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	28,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	3,008		128,69	105,15	420,45	3023,40

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)