

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 06.12.2023

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. С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	3,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	3,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	3,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	3,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,637		20,980	21,730	81,800	609,600
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	3,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,185		0,700	0,700	17,600	84,600
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	2,00	5,750	3,900	42,000	193,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	2,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	2,00	21,100	13,600		211,00
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	2,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 0,100	0,100	2,00	2,300	6,800	11,700	119,00
6 КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	2,00	0,560	0,050	27,890	113,79
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 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	2,00	0,210	0,020	0,900	4,47
12 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	2,00				
Итого:	0,983		49,060	37,570	177,690	1241,410
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 ОЛАДЬИ 0,100	0,100	3,00	6,500	6,600	31,600	213,00
2 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	3,00	5,800	5,000	9,600	108,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	3,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	0,300		12,400	11,600	57,450	383,500
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050 250/50		3,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	3,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	3,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,810		24,350	17,900	127,700	699,400
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	3,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,095		113,00	94,00	469,44	3113,91

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 06.12.2023

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. С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 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 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	11,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	11,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	11,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ОЛАДЬИ 0,100	0,100	11,00	6,500	6,600	31,600	213,00
7 ПОВИДЛЮ 0,025	0,025	11,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	0,922		28,280	29,030	147,250	969,700
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	8,00	5,750	3,900	42,000	193,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	8,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	8,00	21,100	13,600		211,00
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	8,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 0,100	0,100	8,00	2,300	6,800	11,700	119,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	8,00	0,560	0,050	27,890	113,79
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 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	8,00	0,210	0,020	0,900	4,47
12 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	8,00				
Итого:	0,977		49,060	37,570	177,690	1241,410
Всего:	1,899		77,34	66,60	324,94	2211,11

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

**М Е Н Ю**  
от 06.12.2023

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. МАННЫЙ 0,250	0,250	31,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	31,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	31,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	31,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,637		20,980	21,730	81,800	609,600
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	31,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,185		0,700	0,700	17,600	84,600
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	31,00	5,750	3,900	42,000	193,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	31,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	31,00	21,100	13,600		211,00
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	31,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 0,100	0,100	31,00	2,300	6,800	11,700	119,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	31,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	31,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	31,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	31,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	31,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	31,00	0,210	0,020	0,900	4,47
12 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	31,00				
Итого:	0,983		49,060	37,570	177,690	1241,410
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	31,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ОЛАДЬИ 0,100	0,100	31,00	6,500	6,600	31,600	213,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	31,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	0,300		12,400	11,600	57,450	383,500
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050 250/50		31,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	31,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	31,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	31,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	31,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,810		24,350	17,900	127,700	699,400
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	31,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,095		113,00	94,00	469,44	3113,91

шеф-повар

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

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 06.12.2023

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 ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	17,00	5,750	3,900	42,000	193,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	17,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,090	0,090	17,00	18,990	12,240		189,90
4 РИС ПРИПУЩ. ( ГАРНИР ) 0, 150	0,150	17,00	3,580	5,200	38,510	215,00
5 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 0,060	0,060	17,00	1,380	4,080	7,020	71,40
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	17,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	17,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	17,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	17,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	17,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	17,00	0,210	0,020	0,900	4,47
12 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	17,00				
Итого:	0,883		43,590	31,750	156,620	1076,910
Всего:	0,883		43,59	31,75	156,62	1076,91

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 06.12.2023

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 ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	22,00	5,750	3,900	42,000	193,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	22,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,090	0,090	22,00	18,990	12,240		189,90
4 РИС ПРИПУЩ. ( ГАРНИР ) 0, 150	0,150	22,00	3,580	5,200	38,510	215,00
5 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 0,060	0,060	22,00	1,380	4,080	7,020	71,40
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	22,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	22,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	22,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	22,00	0,210	0,020	0,900	4,47
12 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	22,00				
Итого:	0,877		43,590	31,750	156,620	1076,910
Всего:	0,877		43,59	31,75	156,62	1076,91

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 06.12.2023

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. МАННЫЙ 0,250	0,250	107,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	107,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	107,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР. 100/10/15	0,125	107,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	107,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ)	0,045	107,00	2,200	0,300	35,000	178,00
Итого:	0,867		23,880	22,730	134,400	872,200
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	107,00	5,750	3,900	42,000	193,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	107,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	107,00	21,100	13,600		211,00
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	107,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 0,100	0,100	107,00	2,300	6,800	11,700	119,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	107,00	0,560	0,050	27,890	113,79
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 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	107,00	0,210	0,020	0,900	4,47
12 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	107,00				
Итого:	0,977		49,060	37,570	177,690	1241,410
Всего:	1,844		72,94	60,30	312,09	2113,61

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 06.12.2023.

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 МАННЫЙ 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 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	19,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	19,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	19,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ)	0,045	19,00	2,200	0,300	35,000	178,00
Итого:	0,762		18,950	17,590	106,010	693,700
Всего:	0,762		18,95	17,59	106,01	693,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 06.12.2023

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 МАННЫЙ 0,200	0,200	16,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	16,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	16,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	16,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,532		16,050	16,590	53,410	431,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	16,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,185		0,700	0,700	17,600	84,600
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	16,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ОЛАДЬИ 0,100	0,100	16,00	6,500	6,600	31,600	213,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	16,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	0,300		12,400	11,600	57,450	383,500
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050 250/50		16,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	16,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	16,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	16,00	3,400	1,260	17,000	103,60
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	16,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,740		21,600	16,860	111,850	610,100
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,150	0,150	16,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	1,907		55,32	49,48	246,28	1588,48

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)