

Утверждаю

Директор



И.П. Попова


МЕНЮ
от 08.12.2023

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 БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	20,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	20,00	3,880	1,420		28,40
3 ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,100 / 0,200	0,300	20,00	15,000	16,500	55,500	432,00
4 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,060	20,00	1,560	3,000	1,860	41,40
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	20,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	20,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	20,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	20,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	20,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	20,00	0,210	0,020	0,900	4,47
11 СМЕТАНА 0,010	0,010	20,00	0,250	2,000	0,340	20,60
Итого:	0,935		36,850	29,450	148,750	1038,470
Всего:	0,935		36,85	29,45	148,75	1038,47

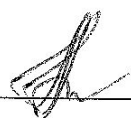
шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

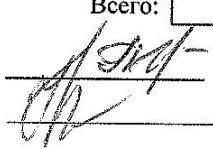
МЕНЮ
от 08.12.2023

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	17,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	17,00	0,700	0,120	24,500	102,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	17,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	17,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,510		16,550	16,710	64,310	477,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	17,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	12,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	12,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,235		6,800	13,100	24,400	245,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	12,00	16,000	0,900		73,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	12,00	3,000	6,000	23,700	112,50
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	12,00	0,200		13,600	56,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	12,00	0,480	0,060	1,020	7,80
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	12,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	12,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,652		27,610	17,070	78,750	552,000
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,150	0,150	12,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	1,927		56,83	51,71	223,63	1577,88

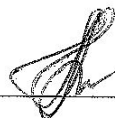
шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

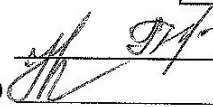
МЕНЮ
от 08.12.2023

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 МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	105,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	105,00	0,700	0,120	24,500	102,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	105,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	105,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	105,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (КОНФЕТЫ)	0,025	105,00				
Итого:	0,795		23,180	22,550	111,800	750,200
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	105,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	105,00	5,160	3,360		50,80
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,200/0,050	0,250	105,00	19,200	12,200	41,180	376,05
4 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,100	105,00	2,600	5,000	3,100	69,00
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	105,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	105,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	105,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	105,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	105,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	105,00	0,210	0,020	0,900	4,47
11 СМЕТАНА 0,010	0,010	105,00	0,250	2,000	0,340	20,60
Итого:	0,945		45,070	29,730	144,170	1084,320
Всего:	1,740		68,25	52,28	255,97	1834,52

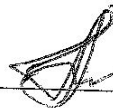
шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 08.12.2023

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	32,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200	0,200	32,00	0,700	0,120	24,500	102,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	32,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	32,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,615		22,480	21,850	94,200	665,600
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	32,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	32,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	32,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	32,00	5,160	3,360		50,80
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,200/0,050	0,250	32,00	19,200	12,200	41,180	376,05
4 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,100	32,00	2,600	5,000	3,100	69,00
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	32,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	32,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	32,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	32,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	32,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	32,00	0,210	0,020	0,900	4,47
11 СМЕТАНА 0,010	0,010	32,00	0,250	2,000	0,340	20,60
Итого:	0,951		45,030	29,380	139,460	1058,110
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	6,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	6,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,235		6,800	13,100	24,400	245,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	6,00	16,000	0,900		73,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	6,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	6,00	0,480	0,060	1,020	7,80
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	6,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	6,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	6,00	0,200		13,600	56,00
Итого:	0,722		30,310	12,510	95,150	641,300
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	6,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,083		111,43	82,44	410,61	2930,01

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 08.12.2023

Категория проходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	19,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	19,00	0,700	0,120	24,500	102,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	19,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	19,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	19,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (КОНФЕТЫ)	0,025	19,00				
Итого:	0,690		17,250	17,410	81,910	561,700
Всего:	0,690		17,25	17,41	81,91	561,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 08.12.2023

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 БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	17,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	17,00	3,880	1,420		28,40
3 ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,100 / 0,200	0,300	17,00	15,000	16,500	55,500	432,00
4 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,060	17,00	1,560	3,000	1,860	41,40
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	17,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	17,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	17,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	17,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	17,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	17,00	0,210	0,020	0,900	4,47
11 СМЕТАНА 0,010	0,010	17,00	0,250	2,000	0,340	20,60
Итого:	0,941		36,810	29,100	144,040	1012,260
Всего:	0,941		36,81	29,10	144,04	1012,26


шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

М Е Н Ю
от 08.12.2023

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	11,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	11,00	0,700	0,120	24,500	102,00
3 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	11,00	5,100	4,600	0,300	63,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	11,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИН) 0,225	0,225	11,00	0,900	0,200	8,100	43,00
6 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ)	0,045	11,00	2,200	0,300	35,000	178,00
Итого:	0,885		25,580	22,350	137,300	886,6
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	8,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	8,00	3,880	1,420		28,40
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	8,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 СМЕТАНА 0,010	0,010	8,00	0,250	2,000	0,340	20,60
5 ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,100 / 0,200	0,300	8,00	15,000	16,500	55,500	432,00
6 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,100	8,00	2,600	5,000	3,100	69,00
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:	0,995		39,590	32,090	158,490	1117,
Всего:	1,880		65,17	54,44	295,79	2004,4

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

