

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 22.12.2023

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	30,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	30,00	2,500	1,370	26,900	129,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	30,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	30,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,615		24,280	23,100	96,600	692,600
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	30,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	30,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	30,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	30,00	5,160	3,360		50,80
3 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0, 180	0,180	30,00	3,700	5,200	27,500	172,80
4 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	30,00	22,900	13,060	8,380	244,17
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	30,00	1,600	10,000	3,580	110,60
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	30,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	30,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	30,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	30,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	30,00				
Итого:	1,043		50,970	38,420	133,400	1115,560
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	30,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	30,00	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 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	6,00	0,200		13,600	56,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	6,00	0,800	0,100	1,700	13,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	6,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	6,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,762		30,630	12,550	95,830	646,500
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:	3,220		119,49	92,77	407,63	3019,66

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

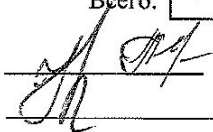
МЕНЮ
от 22.12.2023

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	14,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	14,00	2,500	1,370	26,900	129,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	14,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	14,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,510		18,350	17,960	66,710	504,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	14,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ЯБЛОКО 0,185	0,185	14,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. 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 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	4,00	16,000	0,900		73,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	4,00	3,000	6,000	23,700	112,50
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	4,00	0,200		13,600	56,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	4,00	0,480	0,060	1,020	7,80
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	4,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	7,00	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	4,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	1,917		59,43	46,76	231,83	1602,88

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 22.12.2023

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 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	105,00	2,500	1,370	26,900	129,00
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 ЯБЛОКО 0,185	0,185	105,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (КОНФЕТЫ)	0,025	105,00				
Итого:	0,800		24,980	23,800	114,200	777,200
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 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	105,00	3,700	5,200	27,500	172,80
4 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	105,00	22,900	13,060	8,380	244,17
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	105,00	1,600	10,000	3,580	110,60
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	105,00	0,600	0,400	32,600	140,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	105,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	105,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	105,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	105,00				
Итого:	1,037		51,010	38,770	138,110	1141,770
Всего:	1,837		75,99	62,57	252,31	1918,97

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 22.12.2023

Категория проходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	20,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	20,00	2,500	1,370	26,900	129,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	20,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	20,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	20,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (КОНФЕТЫ)	0,025	20,00				
Итого:	0,695		19,050	18,660	84,310	588,700
Всего:	0,695		19,05	18,66	84,31	588,70

шеф-повар

Медицинская сестра (диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 22.12.2023

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 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	11,00	2,500	1,370	26,900	129,00
3 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	11,00	12,900	14,600	49,300	383,00
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	11,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	11,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ)	0,045	11,00	2,200	0,300	35,000	178,00
Итого:	0,845		28,900	26,270	148,800	982,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	8,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	8,00	5,160	3,360		50,80
3 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	8,00	3,700	5,200	27,500	172,80
4 ГУЛЯШ 0,075 / 0,100	0,175	8,00	29,200	19,700	10,300	338,00
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	8,00	1,400	4,900	6,000	76,00
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	8,00	0,600	0,400	32,600	140,00
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:	1,047		57,110	40,310	142,450	1201,000
Всего:	1,892		86,01	66,58	291,25	2183,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

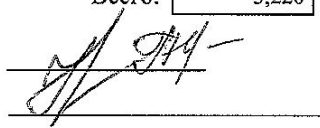
М Е Н Ю
от 22.12.2023

Категория сироты проживающие 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	3,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	3,00	2,500	1,370	26,900	129,00
3 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	3,00	12,900	14,600	49,300	383,00
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	3,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,615		26,000	25,270	96,200	720,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	3,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	3,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	1,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	1,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,075 / 0,100	0,175	1,00	29,200	19,700	10,300	338,00
4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0, 180	0,180	1,00	3,700	5,200	27,500	172,80
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	1,00	1,400	4,900	6,000	76,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	1,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	1,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	1,00				
Итого:	1,053		57,070	39,960	137,740	1174,790
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	3,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ)	0,045	3,00	2,200	0,300	35,000	178,00
Итого:	0,245		8,000	5,300	44,600	286,000
УЖИН						
1 РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФОРЕЛЬ) 0,100	0,100	3,00	8,960	2,720	0,410	61,92
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	3,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	3,00	0,200		13,600	56,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	3,00	0,800	0,100	1,700	13,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,МАСЛО 50/10	0,060	3,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,742		23,590	14,370	96,240	635,420
ВТОРОЙ УЖИН						
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:	3,220		121,47	90,50	432,18	3136,21

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

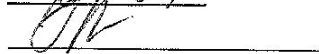
МЕНЮ
от 22.12.2023

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	23,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	23,00	5,160	3,360		50,80
3 КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧ. С ЛУКОМ	0,150	23,00	3,150	4,350	22,900	144,00
4 ГУЛЯШ 0,075 / 0,100	0,175	23,00	29,200	19,700	10,300	338,00
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,005	23,00	1,080	6,060	1,800	67,80
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	23,00	0,600	0,400	32,600	140,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	23,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	23,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	23,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	23,00				
Итого:	0,952		54,540	39,980	125,150	1112,200
Всего:	0,952		54,54	39,98	125,15	1112,20

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 22.12.2023

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	15,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	15,00	5,160	3,360		50,80
3 КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧ. С ЛУКОМ	0,150	15,00	3,150	4,350	22,900	144,00
4 ГУЛЯШ 0,075 / 0,100	0,175	15,00	29,200	19,700	10,300	338,00
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,005	15,00	1,080	6,060	1,800	67,80
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	15,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	15,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	15,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	15,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	15,00				
Итого:	0,958		54,500	39,630	120,440	1085,990
Всего:	0,958		54,50	39,63	120,44	1085,99

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

