

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор



И.П. Попова

М Е Н Ю
от 25.12.2023

Категория проходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	20,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	20,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	20,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	20,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	20,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	20,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,795		28,680	24,300	109,750	780,700
Всего:	0,795		28,68	24,30	109,75	780,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

М Е Н Ю
от 25.12.2023

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 ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	109,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	109,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	109,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	109,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	109,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	109,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,900		33,480	29,300	137,600	955,200
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	109,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	109,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МАКАРОННИК С МЯСОМ ЗАПЕЧ. 0,235	0,235	109,00	20,480	15,180	40,590	386,77
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	109,00	1,300	2,000	10,700	67,00
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	109,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	109,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	109,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	109,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	109,00				
10 ЛУК ПОРЦ 0,020	0,020	109,00	0,340	0,044	1,906	8,51
Итого:	0,907		35,020	25,874	148,436	1001,280
Всего:	1,807		68,50	55,17	286,03	1956,48

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

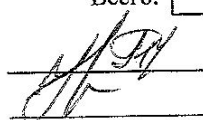
М Е Н Ю
от 25.12.2023

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 ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 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 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	31,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	31,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		23,280	23,100	95,100	682,600
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	31,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	31,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	31,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	31,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МАКАРОНИК С МЯСОМ ЗАПЕЧ. 0,235	0,235	31,00	20,480	15,180	40,590	386,77
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	31,00	1,300	2,000	10,700	67,00
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	31,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	31,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	31,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	31,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	31,00				
10 ЛУК ПОРЦ, 0,020	0,020	31,00	0,340	0,044	1,906	8,51
Итого:	0,913		34,980	25,524	143,726	975,070
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	31,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	31,00	9,500	5,500	24,900	188,00
3 САХАР 0,020	0,020	31,00			20,000	80,00
Итого:	0,320		15,300	10,500	54,500	376,000
УЖИН						
1 РЫБА М. ПРИПУЩ. 0,100	0,100	31,00	16,200	0,800		75,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	31,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	31,00	1,800	0,100	9,800	48,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	31,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	31,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	31,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	31,00				
Итого:	0,749		31,830	12,450	103,930	683,500
ВТОРОЙ УЖИН						
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:	3,162		112,20	77,17	454,65	3037,17

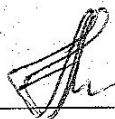
шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

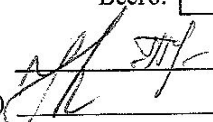
МЕНЮ
от 25.12.2023

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	13,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	13,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	13,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	13,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		18,480	18,100	67,250	508,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	13,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	13,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	13,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	13,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,300		15,300	10,500	34,500	296,000
УЖИН						
1 РЫБА М. ПРИПУЩ. 0,100	0,100	13,00	16,200	0,800		75,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	13,00	3,000	6,000	23,700	112,50
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	13,00	1,800	0,100	9,800	48,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	13,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	13,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	13,00	4,530	8,850	23,430	199,10
7 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	13,00				
Итого:	0,679		29,130	17,010	87,530	594,200
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	13,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	2,054		69,72	51,21	246,68	1718,30

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 25.12.2023

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ГРЕЧНЕВОЙ 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 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	11,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	11,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	11,00	1,440	0,360	13,500	68,40
6 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	11,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,840		30,190	24,760	108,750	787,500
ОБЕД						
1 БОРИЦ 0,250 11	0,250	8,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	8,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	8,00	32,900	18,760	21,700	391,28
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	8,00	1,300	2,000	10,700	67,00
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	8,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	8,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	8,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	8,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	8,00				
10 ЛУК ПОРЦ. 0,020	0,020	8,00	0,340	0,044	1,906	8,51
Итого:	0,937		47,440	29,454	129,546	1005,790
Всего:	1,777		77,63	54,21	238,29	1793,29

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

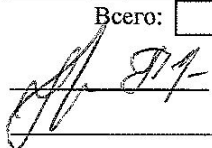
М Е Н Ю
от 25.12.2023

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	15,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	15,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	15,00	32,900	18,760	21,700	391,28
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,060	0,060	15,00	0,078	6,060	5,590	56,10
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	15,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	15,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	15,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	15,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	15,00				
10 ЛУК ПОРЦ.0,020	0,020	15,00	0,340	0,044	1,906	8,51
11 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	15,00	5,160	3,360		50,80
Итого:	0,903		49,638	35,884	111,226	967,680
Всего:	0,903		49,63	35,88	111,22	967,68

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 25.12.2023

Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11

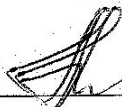
Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	23,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	23,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	23,00	32,900	18,760	21,700	391,28
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,060	0,060	23,00	0,078	6,060	5,590	56,10
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	23,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	23,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	23,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	23,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	23,00				
10 ЛУК ПОРЦ,0,020	0,020	23,00	0,340	0,044	1,906	8,51
Итого:	0,877		44,518	32,874	115,936	943,090
Всего:	0,877		44,51	32,87	115,93	943,09

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 25.12.2023

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	4,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	4,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	4,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	4,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,560		19,250	18,900	70,350	531,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	4,00	1,440	0,360	13,500	68,40
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,380		2,040	0,760	46,100	208,400
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	2,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	2,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	2,00	32,900	18,760	21,700	391,28
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	2,00	1,300	2,000	10,700	67,00
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	2,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	2,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	2,00				
10 ЛУК ПОРЦ. 0,020	0,020	2,00	0,340	0,044	1,906	8,51
11 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	2,00	5,160	3,360		50,80
Итого:	0,963		52,560	32,464	124,836	1030,380
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	4,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,300		15,300	10,500	34,500	296,000
УЖИН						
1 РЫБА СКУМБРИЯ ОТВАРНАЯ 0,120	0,120	4,00	18,500	13,900		196,90
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	4,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	4,00	1,800	0,100	9,800	48,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	4,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	4,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	4,00				
Итого:	0,769		34,130	25,550	103,930	805,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	4,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,152		128,79	92,67	386,91	2966,68

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

