

Утверждаю  
Директор



И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 29.12.2023

Категория приходящие с 12лет 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	110,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	110,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	110,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	110,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 СЫР 0,015	0,015	110,00				
6 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	110,00	1,440	0,360	13,500	68,40
<b>Итого:</b>	<b>0,745</b>		<b>18,070</b>	<b>19,880</b>	<b>82,330</b>	<b>594,500</b>
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТОФ. С ПШЕНОМ, ЯЙЦОМ, СМЕТ.	0,270	110,00	9,450	8,200	16,700	170,60
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	110,00	3,880	1,420		28,40
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	110,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФОРЕЛЬ) 0,100	0,100	110,00	8,960	2,720	0,410	61,92
5 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,100	110,00	2,600	5,000	3,100	69,00
6 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,060	0,060	110,00	1,860	0,120	3,900	24,00
7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	110,00	0,200		26,000	106,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	110,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	110,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	110,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	110,00				
<b>Итого:</b>	<b>1,062</b>		<b>40,700</b>	<b>22,560</b>	<b>128,310</b>	<b>898,320</b>
<b>Всего:</b>	<b>1,807</b>		<b>58,77</b>	<b>42,44</b>	<b>210,64</b>	<b>1492,82</b>

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

**МЕНЮ**  
от 29.12.2023

И.П. Попова

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 МОЛ. МАННЫЙ 0,250	0,250	13,00	4,500	4,700	18,200	135,00
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 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	13,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 СЫР 0,015	0,015	13,00				
Итого:	0,565		16,630	19,520	68,830	526,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (МАНДАРИН ) 0,200 2ШТ	0,200 2шт	13,00	1,600	0,400	15,000	76,00
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	13,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,200		2,200	0,800	47,600	216,000
Всего:	0,765		18,83	20,32	116,43	742,10

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

**М Е Н Ю**  
от 29.12.2023

Категория проживающие с 12лет 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	32,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	32,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	32,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	32,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 СЫР 0,015	0,015	32,00				
Итого:	0,565		16,630	19,520	68,830	526,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (МАНДАРИН ) 0,200 2шт	0,200 2шт	32,00	1,600	0,400	15,000	76,00
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	32,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,200		2,200	0,800	47,600	216,000
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТОФ. С ПШЕНОМ, ЯЙЦОМ, СМЕТ.	0,270	32,00	9,450	8,200	16,700	170,60
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	32,00	3,880	1,420		28,40
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	32,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФОРЕЛЬ) 0,100	0,100	32,00	8,960	2,720	0,410	61,92
5 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,100	32,00	2,600	5,000	3,100	69,00
6 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,060	0,060	32,00	1,860	0,120	3,900	24,00
7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	32,00	0,200		26,000	106,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	32,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	32,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	32,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	32,00				
12 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	32,00				
Итого:	1,075		40,700	22,560	128,310	898,320
Всего:	1,840		59,53	42,88	244,74	1640,42

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 29.12.2023

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. МАННЫЙ 0,250	0,250	20,00	4,500	4,700	18,200	135,00
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 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	20,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 СЫР 0,015	0,015	20,00				
6 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	20,00				
Итого:	0,750		1,600	0,360	14,600	77,50
Всего:	0,750		18,230	19,880	83,430	603,600

18,23	19,88	83,43	603,60
-------	-------	-------	--------

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 29.12.2023

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. МАННЫЙ 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 100/10/15	0,125	4,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	4,00	27,900	5,400	27,300	274,00
6 СМЕТАНА 0,010	0,010	4,00	0,250	2,000	0,340	20,60
Итого:	0,775		51,430	30,500	122,740	977,200
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (МАНДАРИН ) 0,200 2шт	0,200 2шт	4,00	1,600	0,400	15,000	76,00
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,200		2,200	0,800	47,600	216,000
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТОФ. С ПШЕНОМ, ЯЙЦОМ, СМЕТ.	0,270	2,00	9,450	8,200	16,700	170,60
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	2,00	19,350	12,600		190,50
3 ГУЛЯШ 0,075 / 0,100	0,175	2,00	29,200	19,700	10,300	338,00
4 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	2,00	4,200	1,600	29,400	150,00
5 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,100	2,00	2,600	5,000	3,100	69,00
6 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,060	0,060	2,00	1,860	0,120	3,900	24,00
7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	2,00	0,200		26,000	106,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,080	0,080	2,00	6,900	1,040	31,840	160,80
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	2,00	7,600	0,800	49,200	235,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	2,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	2,00				
12 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	2,00	0,210	0,020	0,900	4,47
13 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	2,00				
Итого:	1,278		81,570	49,080	171,340	1448,370
Всего:	2,253		135,20	80,38	341,68	2641,57

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 29.12.2023

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 КАРТОФ. С ПШЕНОМ,ЯЙЦОМ, СМЕТ.	0,270	23,00	9,450	8,200	16,700	170,60
2 КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ 0,100	0,100	23,00	1,390	7,380	17,000	218,40
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	23,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,060	23,00	1,560	3,000	1,860	41,40
5 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,060	0,060	23,00	1,860	0,120	3,900	24,00
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	23,00	0,200		26,000	106,00
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	23,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	23,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	23,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	23,00				
Итого:	0,982		26,510	23,160	135,160	947,000
Всего:	0,982		26,51	23,16	135,16	947,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 29.12.2023

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 КАРТОФ. С ПШЕНОМ, ЯЙЦОМ, СМЕТ.	0,270	15,00	9,450	8,200	16,700	170,60
2 КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ 0,100	0,100	15,00	1,390	7,380	17,000	218,40
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	15,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,060	15,00	1,560	3,000	1,860	41,40
5 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,060	0,060	15,00	1,860	0,120	3,900	24,00
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	15,00	0,200		26,000	106,00
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:	0,988		26,510	23,160	135,160	947,000
Всего:	0,988		26,51	23,16	135,16	947,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 29.12.2023

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. МАННЫЙ 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 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	11,00	12,900	14,600	49,300	383,00
5 ФРУКТЫ (МАНДАРИН ) 0,200 2ШТ	0,200	2шт 11,00	1,600	0,400	15,000	76,00
6 СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	7,00	27,900	5,400	27,300	274,00
7 СМЕТАНА 0,010	0,010	11,00	0,250	2,000	0,340	20,60
Итого:	0,775		54,750	33,070	137,340	1080,600
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТОФ. С ПШЕНОМ,ЯЙЦОМ, СМЕТ.	0,270	8,00	9,450	8,200	16,700	170,60
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	8,00	19,350	12,600		190,50
3 ГУЛЯШ 0,075 / 0,100	0,175	8,00	29,200	19,700	10,300	338,00
4 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	8,00	4,200	1,600	29,400	150,00
5 САЛАТ ИЗ БЕЛ. КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	0,100	8,00	2,600	5,000	3,100	69,00
6 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,060	0,060	8,00	1,860	0,120	3,900	24,00
7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	8,00	0,200		26,000	106,00
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	8,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,080	0,080	8,00	6,900	1,040	31,840	160,80
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	8,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	8,00				
12 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	8,00	0,210	0,020	0,900	4,47
13 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	8,00				
Итого:	1,272		81,570	49,080	171,340	1448,370
Всего:	2,047		136,32	82,15	308,68	2528,97

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)