

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 26.01.2024

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 Омлет натуральный 0,105/0,005	0,105/0,005	15,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 пюре картоф. 0,200 11	0,200	15,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 икра кабачковая (конс.) с т.о 0,100	0,100	15,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 чай с лимоном 0,200/0,007/0,015	200/7/15	15,00	0,200		13,600	56,00
5 хлеб в/с (пшеничный) масло, сыр.	0,100/10/15	15,00	12,900	14,600	49,300	383,00
6 фрукты (яблоко) 0,180	0,180	15,00	0,700	0,700	17,600	84,60
7 кондит. изд. 0,035 (вафли)	0,035	15,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,972		31,200	50,900	134,000	1129,600
ОБЕД						
1 суп карт. с фасолью 0,250 11	0,250	11,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 мясо отварное (для 1 блюда) 0,020	0,020	11,00	5,160	3,360		50,80
3 тефтели из говядины 0,115/0,050	115/50	11,00	7,400	9,100	9,600	150,00
4 каша пшеничная вязкая (гарнир)	0,180	11,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 чеснок в 1 блюдо 0,003	0,003	11,00	0,210	0,020	0,900	4,47
6 компот из смеси сухофр. 0,200	0,200	11,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 салат из свеклы с сол. огурцами 0,1	0,100	11,00	1,430	10,090	7,240	126,60
8 хлеб пшеничный 0,050	0,050	11,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 хлеб ржаной (бород) 0,060	0,060	11,00	5,100	1,900	25,500	155,40
10 соль каменная 0,004	0,004	11,00				
11 соль йодированная 0,004	0,004	11,00				
Итого:	1,036		39,730	35,850	157,880	1144,460
Всего:	2,008		70,93	86,75	291,88	2274,06

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 26.01.2024

Категория проживающие с 12лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,005	31,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	31,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	31,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	31,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	31,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,757		29,500	42,100	101,600	908,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	31,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	31,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	31,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	31,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	31,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	31,00	0,210	0,020	0,900	4,47
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	31,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	31,00	1,430	10,090	7,240	126,60
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	31,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	31,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	31,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	31,00				
Итого:	1,036		39,730	35,850	157,880	1153,460
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 ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050 250/50	0,250/0,050	4,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 0,200 0,200	0,200	4,00	8,000	11,200	38,800	288,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	4,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	4,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,860		29,150	30,100	140,700	879,400
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:	3,248		111,39	126,35	449,38	3365,86

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 26.01.2024

Категория приходящие с 12лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,005	105,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	105,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	105,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	105,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	105,00	12,900	14,600	49,300	383,00
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	105,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,937		30,200	42,800	119,200	992,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	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 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	105,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	105,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	105,00	1,430	10,090	7,240	126,60
6 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	105,00	0,210	0,020	0,900	4,47
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	105,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	105,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	105,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	105,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	105,00				
Итого:	1,030		39,730	35,850	157,880	1153,460
Всего:	1,967		69,93	78,65	277,08	2146,06

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 26.01.2024

Категория проживающие с 7-11 лет (г

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,005	17,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	17,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС. С Т.О 0,060	0,060	17,00	0,960	3,780	4,440	54,48
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	17,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	17,00	3,850	4,000	24,650	150,50
Итого:	0,612		18,460	25,980	66,340	573,480
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	2,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,235		6,800	13,100	24,400	245,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050	250/50	1,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 0,200	0,200	1,00	8,000	11,200	38,800	288,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	1,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,840		27,450	29,460	132,200	827,600
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,150	0,150	1,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	2,017		57,98	72,97	246,51	1809,86

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 26.01.2024

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 Омлет натуральный 0,105/0,005	0,105/0,005	19,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 Пюре картоф. 0,150	0,150	19,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 икра кабачковая конс. с т.о 0,060	0,060	19,00	0,960	3,780	4,440	54,48
4 чай с лимоном 0,200/0,007/0,015	200/7/15	19,00	0,200		13,600	56,00
5 хлеб в/с (пшеничный) масло, сыр.	0,050/0,010/	19,00	3,850	4,000	24,650	150,50
6 фрукты (яблоко) 0,180	0,180	19,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,792		19,160	26,680	83,940	658,080
Всего:	0,792		19,16	26,68	83,94	658,08

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 26.01.2024

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 ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	16,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	16,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,115/0,050	115/50	16,00	7,400	9,100	9,600	150,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	16,00	6,600	5,370	38,300	228,58
5 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	16,00	0,210	0,020	0,900	4,47
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	16,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЁНЫМИ	0,060	16,00	0,800	6,050	4,340	75,96
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	16,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	16,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	16,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	16,00				
Итого:	0,946		36,080	30,060	138,580	995,200
Всего:	0,946		36,08	30,06	138,58	995,20

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 26.01.2024

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 ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	21,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	21,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,115/0,050	115/50	21,00	7,400	9,100	9,600	150,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	21,00	6,600	5,370	38,300	228,58
5 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	21,00	0,210	0,020	0,900	4,47
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	21,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЁНЫМИ	0,060	21,00	0,800	6,050	4,340	75,96
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	21,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	21,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
Итого:	0,940		36,080	30,060	138,580	995,200
Всего:	0,940		36,08	30,06	138,58	995,20

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 26.01.2024

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,005	4,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	4,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	4,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	4,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	4,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,757		29,500	42,100	101,600	908,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	4,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	3,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	3,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,115/0,050	115/50	3,00	7,400	9,100	9,600	150,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	3,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	3,00	0,210	0,020	0,900	4,47
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	3,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	3,00	1,430	10,090	7,240	126,60
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	3,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	3,00				
Итого:	1,036		39,730	35,850	157,880	1144,460
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	4,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,235		6,800	13,100	24,400	245,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050 250/50	0,250/0,050	4,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 0,200 0,200	0,200	4,00	8,000	11,200	38,800	288,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	4,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	4,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	4,00				
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	4,00				
Итого:	0,868		29,150	30,100	140,700	879,400
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