

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 30.01.2024

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	19,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	19,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	19,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	19,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	19,00	0,840	0,960	4,620	31,20
6 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	19,00	1,440	0,360	13,500	68,40
Итого:	0,730		39,950	28,850	96,310	890,800
Всего:	0,730		39,95	28,85	96,31	890,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 30.01.2024

Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	110,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	110,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	110,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	110,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,100	0,100	110,00	1,400	1,600	7,700	52,00
6 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	110,00	1,440	0,360	13,500	68,40
Итого:	0,825		44,540	33,690	124,140	1063,100
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	110,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	110,00	5,270	3,400		52,75
3 ПОРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	110,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0,120	0,120	110,00	21,100	15,000	9,700	258,00
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	110,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) 0,200	0,200	110,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	110,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	110,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	110,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	110,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	110,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,970		43,510	26,530	133,270	963,920
Всего:	1,795		88,05	60,22	257,41	2027,02

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

М Е Н Ю
от 30.01.2024

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	14,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	14,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	14,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	14,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,100	0,100	14,00	1,400	1,600	7,700	52,00
6 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	14,00	1,440	0,360	13,500	68,40
Итого:	0,825		44,540	33,690	124,140	1063,100
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	11,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	11,00	5,270	3,400		52,75
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	11,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0,120	0,120	11,00	21,100	15,000	9,700	258,00
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	11,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	11,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	11,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	11,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	11,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	11,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	11,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,970		43,510	26,530	133,270	963,920
Всего:	1,795		88,05	60,22	257,41	2027,02

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю
Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 30.01.2024

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	4,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	4,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	4,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	4,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,100	0,100	4,00	1,400	1,600	7,700	52,00
Итого:	0,645		43,100	33,330	110,640	994,700
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	4,00	1,440	0,360	13,500	68,40
Итого:	0,180		1,440	0,360	13,500	68,400
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	3,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	3,00	5,270	3,400		52,75
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	3,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0,120	0,120	3,00	21,100	15,000	9,700	258,00
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	3,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	3,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	3,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	3,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	3,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,976		43,510	26,530	133,270	963,920
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 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	4,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ 0,180	0,180	4,00	6,100	9,000	34,000	243,00
3 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	4,00	4,420	0,350	12,580	69,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	4,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,665		39,070	25,450	136,380	961,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	4,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	2,866		139,92	97,07	431,59	3328,62

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

М Е Н Ю
от 30.01.2024

Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	22,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	22,00	5,270	3,400		52,75
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	22,00	3,150	1,200	22,050	112,50
4 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0, 100	0,100	22,00	17,600	12,500	8,100	215,00
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	22,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	22,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	22,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	22,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	22,00	0,210	0,020	0,900	4,47
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
Итого:	0,880		37,260	22,990	115,820	831,620
Всего:	0,880		37,26	22,99	115,82	831,62

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю
Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 30.01.2024

Категория Проживающие 1-4 кл. (7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	18,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	18,00	5,270	3,400		52,75
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	18,00	3,150	1,200	22,050	112,50
4 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0, 100	0,100	18,00	17,600	12,500	8,100	215,00
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	18,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	18,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	18,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	18,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	18,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	18,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	18,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,886		37,260	22,990	115,820	831,620
Всего:	0,886		37,26	22,99	115,82	831,62

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю
Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 30.01.2024

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	30,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	30,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	30,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	30,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,100	0,100	30,00	1,400	1,600	7,700	52,00
Итого:	0,645		43,100	33,330	110,640	994,700
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	30,00	1,440	0,360	13,500	68,40
Итого:	0,180		1,440	0,360	13,500	68,400
ОБЕД						
1 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 0,250	0,250	30,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	30,00	5,270	3,400		52,75
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	30,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУР, 0,100	0,100	30,00	17,600	12,500	8,100	215,00
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	30,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	30,00	0,200	0,200	27,200	110,00
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				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	30,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,956		40,010	24,030	131,670	920,920
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	30,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	30,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
УЖИН						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	30,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ 0,180	0,180	30,00	6,100	9,000	34,000	243,00
3 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	30,00	4,420	0,350	12,580	69,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	30,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	30,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	30,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,665		39,070	25,450	136,380	961,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	30,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	2,846		136,42	94,57	429,99	3285,62

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 30.01.2024

Категория проживающие с 7-11 лет (г

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	17,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	17,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	17,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	17,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	17,00	0,840	0,960	4,620	31,20
Итого:	0,550		38,510	28,490	82,810	822,400
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	17,00	1,440	0,360	13,500	68,40
Итого:	0,180		1,440	0,360	13,500	68,400
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	17,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	17,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
УЖИН						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	17,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛ. ОТВАРНЫЕ 0,150	0,150	17,00	5,060	7,470	28,220	201,60
3 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,060	0,060	17,00	1,860	0,120	3,900	24,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	17,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	17,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	17,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,575		33,770	23,050	113,420	823,200
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	17,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	1,675		85,63	62,53	246,23	2037,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

