

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 09.02.2024

Категория проживающие с 12 лет 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	29,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	29,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	29,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	29,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	29,00	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	29,00	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	29,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	29,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	29,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	29,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	29,00	1,430	10,090	7,240	126,60
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	29,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	29,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	29,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	29,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	29,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	29,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,036		39,370	36,000	157,190	1149,670
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	7,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	7,00	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	6,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 0,200 0,200	0,200 0,200	6,00	8,000	11,200	38,800	288,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	6,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 ИЗЮМ 0,020	0,02	6,00	0,200	0,050	6,500	28,00
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	6,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	6,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	6,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,880		29,350	30,150	147,200	907,400
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:	3,268		111,23	126,55	455,19	3390,07

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 09.02.2024

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	102,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	102,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	102,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	102,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	102,00	12,900	14,600	49,300	383,00
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	102,00	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	102,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	102,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	102,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	102,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	102,00	1,430	10,090	7,240	126,60
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	102,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	102,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	102,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	102,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	102,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	102,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,030		39,370	36,000	157,190	1149,670
Всего:	1,967		69,57	78,80	276,39	2142,27

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 09.02.2024

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	18,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	18,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС. С Т.О 0,060	0,060	18,00	0,960	3,780	4,440	54,48
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	18,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	18,00	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	18,00	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	5,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	5,00	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	1,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 0,200 0,200	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 ИЗЮМ 0,020	0,02	1,00	0,200	0,050	6,500	28,00
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,860		27,650	29,510	138,700	855,600
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:	2,037		58,18	73,02	253,01	1837,86

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 09.02.2024

Категория проходящие 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 09.02.2024

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	19,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	19,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,115/0,050	115/50	19,00	7,400	9,100	9,600	150,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	19,00	6,600	5,370	38,300	228,58
5 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЁНЫМИ	0,060	19,00	0,800	6,050	4,340	75,96
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	19,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	19,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	19,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	19,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	19,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,946		35,720	30,210	137,890	991,410
Всего:	0,946		35,72	30,21	137,89	991,41

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 09.02.2024

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 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЁНЫМИ	0,060	21,00	0,800	6,050	4,340	75,96
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	21,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	21,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	21,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	21,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,940		35,720	30,210	137,890	991,410
Всего:	0,940		35,72	30,21	137,89	991,41

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 09.02.2024

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	3,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	3,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	3,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	3,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	3,00	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	3,00	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	2,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	2,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,115/0,050	115/50	2,00	7,400	9,100	9,600	150,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	2,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	2,00	1,430	10,090	7,240	126,60
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	2,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	2,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	2,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	2,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,036		39,370	36,000	157,190	1140,670
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 ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050 250/50	0,250/0,050	3,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 0,200 0,200	0,200 0,200	3,00	8,000	11,200	38,800	288,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	3,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 ИЗЮМ 0,020	0,02	3,00	0,200	0,050	6,500	28,00
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	3,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,880		29,350	30,150	147,200	907,400
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:	3,278		112,43	118,75	475,39	3422,07

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 09.02.2024

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	14,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	14,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	14,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	14,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	14,00	12,900	14,600	49,300	383,00
6 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	14,00	1,600	0,360	14,600	77,50
7 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ)	0,045	14,00	2,200	0,300	35,000	178,00
Итого:	0,987		33,300	42,760	151,200	1163,500
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	10,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	10,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,115/0,050	115/50	10,00	7,400	9,100	9,600	150,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	10,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	10,00	1,430	10,090	7,240	126,60
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	10,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	10,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	10,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	10,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,030		39,370	36,000	157,190	1140,670
Всего:	2,017		72,67	78,76	308,39	2304,17

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)