

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.02.2024

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	17,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	17,00	2,060	1,730	26,000	128,30
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	17,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	17,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,510		17,910	18,320	65,810	503,400
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	17,00	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	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 НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	1,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	1,00	3,000	6,000	23,700	112,50
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	1,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	1,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 КУКУРУЗА КОНС. С Т.О 60	60	1,00	1,374	0,732	8,604	34,20
Итого:	0,632		28,704	17,642	86,334	584,400
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:	1,912		59,28	53,89	232,71	1636,58

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.02.2024

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 ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	28,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	28,00	2,060	1,730	26,000	128,30
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	28,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	28,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,615		22,840	23,460	94,200	681,900
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	28,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	28,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	28,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	28,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	28,00	22,900	13,060	8,380	244,17
4 МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ 0,180	0,180	28,00	6,100	9,000	34,000	243,00
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	28,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	28,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	28,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	28,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	28,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	28,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	28,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,046		55,980	35,540	146,420	1154,630
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 НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	3,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	3,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	3,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	3,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 КУКУРУЗА КОНС. С Т.О 100	100	3,00				
Итого:	0,642		30,030	12,350	94,130	639,500
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:	3,103		122,46	90,05	416,55	3041,03

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.02.2024

Категория приходящие с 12лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ КРУПКОЙ 0,250	0,250	105,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	105,00	2,060	1,730	26,000	128,30
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	105,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	105,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	105,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕР. ИЗД. (СУШКА ЧЕЛН.) 0,022	0,022	105,00	2,200	2,050	17,000	96,50
Итого:	0,800		25,740	26,210	128,800	863,000
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	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 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	105,00	22,900	13,060	8,380	244,17
4 МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ 0,180	0,180	105,00	6,100	9,000	34,000	243,00
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	105,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	105,00	0,600	0,400	32,600	140,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	105,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	105,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	105,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	105,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	105,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,040		56,020	35,890	151,130	1180,840
Всего:	1,840		81,76	62,10	279,93	2043,84

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.02.2024

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	20,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	20,00	2,060	1,730	26,000	128,30
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	20,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	20,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	20,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕР. ИЗД. (СУШКА ЧЕЛН.) 0,022	0,022	20,00	2,200	2,050	17,000	96,50
Итого:	0,745		21,710	22,010	104,050	711,500
Всего:	0,745		21,71	22,01	104,05	711,50

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.02.2024

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 БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	19,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	19,00	3,880	1,420		28,40
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	19,00	13,750	15,000	50,800	396,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	19,00	0,480	0,060	1,020	7,80
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	19,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	19,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	19,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	19,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	19,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,906		34,230	22,660	138,160	922,060
Всего:	0,906		34,23	22,66	138,16	922,06

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.02.2024

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 БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	21,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	21,00	3,880	1,420		28,40
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	21,00	13,750	15,000	50,800	396,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	21,00	0,480	0,060	1,020	7,80
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	21,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	21,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	21,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	21,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,900		34,270	23,010	142,870	948,270
Всего:	0,900		34,27	23,01	142,87	948,27

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

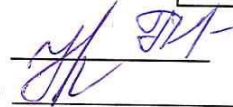
МЕНЮ
от 16.02.2024

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ КРУПКОЙ 0,250	0,250	5,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	5,00	2,060	1,730	26,000	128,30
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	5,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	5,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,615		22,840	23,460	94,200	681,900
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	5,00	1,440	0,360	13,500	68,40
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	5,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,380		2,040	0,760	46,100	208,400
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	3,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	3,00	3,880	1,420		28,40
3 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	3,00	22,900	13,060	8,380	244,17
4 МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ 0,180	0,180	3,00	6,100	9,000	34,000	243,00
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	3,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	3,00	0,560	0,050	27,890	113,79
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:	1,046		54,700	33,600	146,420	1132,230
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕР. ИЗД. (СУШКА ЧЕЛН.) 0,022	0,022	4,00	2,200	2,050	17,000	96,50
Итого:	0,200		8,000	7,050	26,600	204,500
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	3,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	3,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	3,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	3,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 КУКУРУЗА КОНС. С Т.О 100	100	3,00				
Итого:	0,642		30,030	12,350	94,130	639,500
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:	3,063		123,12	81,72	414,65	2961,93

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.02.2024

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	13,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	13,00	2,060	1,730	26,000	128,30
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	13,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	13,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ФРУКТЫ (МАНДАРИНЫ) 0,180	0,180	13,00	1,440	0,360	13,500	68,40
6 КОНДИТЕР. ИЗД. (СУШКА ЧЕЛН.) 0,022	0,022	13,00	2,200	2,050	17,000	96,50
Итого:	0,795		26,480	25,870	124,700	846,800
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	9,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	9,00	3,880	1,420		28,40
3 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	9,00	22,900	13,060	8,380	244,17
4 МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАРНЫЕ 0,180	0,180	9,00	6,100	9,000	34,000	243,00
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,100	0,100	9,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	9,00	0,600	0,400	32,600	140,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	9,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	9,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	9,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,040		54,740	33,950	151,130	1158,440
Всего:	1,835		81,22	59,82	275,83	2005,24

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)