

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 11.03.2024

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. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	33,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	33,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	33,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	33,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		22,840	23,460	94,200	681,900
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	33,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	33,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	33,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	33,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	33,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	33,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	33,00	5,000	6,100	30,200	196,00
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	33,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	33,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	33,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	33,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	33,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	33,00				
Итого:	0,986		36,170	27,920	143,030	978,260
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	33,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	33,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТ. 0,270 11	0,270	33,00	10,900	11,900	29,800	279,00
2 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	33,00	1,400	4,900	6,000	76,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	33,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	33,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	33,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,722		22,130	27,550	98,330	765,500
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	33,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,188		105,65	95,93	440,06	3109,66

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 11.03.2024

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 МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	17,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	17,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	17,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	17,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		17,910	18,320	65,810	503,400
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	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:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	17,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	17,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТ. 0,270 11	0,270	17,00	10,900	11,900	29,800	279,00
2 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,005	17,00	1,080	6,060	1,800	67,80
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	17,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	17,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	17,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,657		20,110	28,070	85,630	705,500
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,150	0,150	17,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	1,997		61,59	62,62	254,71	1876,68

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 11.03.2024

Категория проходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 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 СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	110,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	110,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	110,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,795		23,540	24,160	111,800	766,500
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	110,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	110,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	110,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	110,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ( ГАРНИР) 0,180	0,180	110,00	5,000	6,100	30,200	196,00
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	110,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	110,00	0,560	0,050	27,890	113,79
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				
Итого:	0,980		36,170	27,920	143,030	978,260
Всего:	1,775		59,71	52,08	254,83	1744,76

шеф-повар \_\_\_\_\_

Медицинская сестра(диетическая) \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 11.03.2024

Категория проходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	20,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	20,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	20,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	20,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	20,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,690		18,610	19,020	83,410	588,000
Всего:	0,690		18,61	19,02	83,41	588,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая) \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

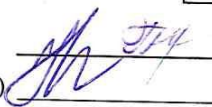
МЕНЮ  
от 11.03.2024

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. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	5,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	5,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	5,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	5,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		22,840	23,460	94,200	681,900
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИН ) 0,225	0,225	5,00	0,900	0,200	8,100	43,00
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	5,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,425		1,500	0,600	40,700	183,000
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	3,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	3,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	3,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	3,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ(ГАРНИР) 0,180	0,180	3,00	5,000	6,100	30,200	196,00
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	3,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	3,00	0,560	0,050	27,890	113,79
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:	0,986		36,170	27,920	143,030	978,260
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	5,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	5,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТ. 0,270 11	0,270	5,00	10,900	11,900	29,800	279,00
2 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	5,00	1,400	4,900	6,000	76,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	5,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	5,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	5,00	4,530	8,850	23,430	199,10
Итого:	0,722		22,130	27,550	98,330	765,500
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	5,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,228		105,85	95,43	430,56	3068,06

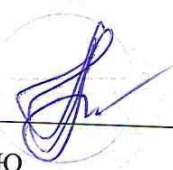
шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

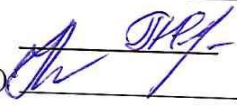
МЕНЮ  
от 11.03.2024

Категория Проживающие 1-4 кл. ( 7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	19,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	19,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	19,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	19,00	18,400	12,200	8,400	221,00
5 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150	0,150	19,00	4,200	5,100	25,200	163,50
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,060	0,060	19,00	0,078	6,060	5,590	56,10
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	19,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	19,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	19,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	19,00				
Итого:	0,846		34,048	31,040	122,120	906,060
Всего:	0,846		34,04	31,04	122,12	906,06

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

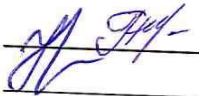
МЕНЮ  
от 11.03.2024

Категория Приходящие 1-4 кл. ( 7-11

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	24,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	24,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	24,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	24,00	18,400	12,200	8,400	221,00
5 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150	0,150	24,00	4,200	5,100	25,200	163,50
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,060	0,060	24,00	0,078	6,060	5,590	56,10
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	24,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	24,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	24,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	24,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	24,00				
Итого:	0,840		34,048	31,040	122,120	906,060
Всего:	0,840		34,04	31,04	122,12	906,06

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ  
от 11.03.2024

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. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	14,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	14,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	14,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	14,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИН ) 0,225	0,225	14,00	0,900	0,200	8,100	43,00
Итого:	0,840		23,740	23,660	102,300	724,900
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	10,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	10,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	10,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	10,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ( ГАРНИР) 0,180	0,180	10,00	5,000	6,100	30,200	196,00
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	10,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	10,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	10,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	10,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
Итого:	0,980		36,170	27,920	143,030	978,260
Всего:	1,820		59,91	51,58	245,33	1703,16

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

