

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 15.03.2024

Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	101,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200	0,200	101,00	0,700	0,120	24,500	102,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	101,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	101,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	101,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,800		23,180	22,550	111,800	750,200
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	101,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	101,00	5,160	3,360		50,80
3 КАША ПЕРЛОВАЯ 0,180	0,180	101,00	1,160	9,910	77,200	352,00
4 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	101,00	22,900	13,060	8,380	244,17
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,100	0,100	101,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	101,00	0,600	0,400	32,600	140,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	101,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	101,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	101,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	101,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	101,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,040		51,080	36,800	194,330	1289,840
Всего:	1,840		74,26	59,35	306,13	2040,04

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 15.03.2024

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	16,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	16,00	0,700	0,120	24,500	102,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	16,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	16,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,510		16,550	16,710	64,310	477,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	16,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	16,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
Всего:	0,895		17,85	17,81	114,51	701,70

шеф-повар

Медицинская сестра (диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 15.03.2024

Категория Приходящие 1-4 кл. ( 7-11

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	22,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	22,00	3,880	1,420		28,40
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	22,00	13,750	15,000	50,800	396,00
4 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060	0,060	22,00	2,000	3,300	9,200	75,00
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	22,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	22,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	22,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	22,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,900		35,790	26,250	151,050	1015,470
Всего:	0,900		35,79	26,25	151,05	1015,47

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 15.03.2024

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	28,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200	0,200	28,00	0,700	0,120	24,500	102,00
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		22,480	21,850	94,200	665,600
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
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
<b>ОБЕД</b>						
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 КАША ПЕРЛОВАЯ 0,180	0,180	28,00	1,160	9,910	77,200	352,00
4 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	28,00	22,900	13,060	8,380	244,17
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		51,040	36,450	189,620	1263,630
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА СКУМБРИЯ ОТВАРНАЯ 0,120	0,120	4,00	18,500	13,900		196,90
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200	0,200	4,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	4,00	0,200		13,600	56,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	4,00	0,480	0,060	1,020	7,80
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	4,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,722		32,810	25,510	95,150	765,200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
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:	3,183		119,94	102,51	460,77	3259,43

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 15.03.2024

Категория Проживающие 1-4 кл. (7-1)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	18,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	18,00	3,880	1,420		28,40
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	18,00	13,750	15,000	50,800	396,00
4 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060	0,060	18,00	2,000	3,300	9,200	75,00
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	18,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	18,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	18,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	18,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	18,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	18,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,906		35,750	25,900	146,340	989,260
Всего:	0,906		35,75	25,90	146,34	989,26

шеф-повар \_\_\_\_\_

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

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 15.03.2024

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. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	14,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200	0,200	14,00	0,700	0,120	24,500	102,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	14,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	14,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	14,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,800		23,180	22,550	111,800	750,200
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	10,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	10,00	3,880	1,420		28,40
3 КАША ПЕРЛОВАЯ 0,180	0,180	10,00	1,160	9,910	77,200	352,00
4 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	10,00	22,900	13,060	8,380	244,17
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	10,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	10,00	0,600	0,400	32,600	140,00
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:	1,040		49,800	34,860	194,330	1267,440
Всего:	1,840		72,98	57,41	306,13	2017,64

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 15.03.2024

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен- ность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	4,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200	0,200	4,00	0,700	0,120	24,500	102,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	4,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	4,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,615		22,480	21,850	94,200	665,600
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	4,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	2,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	2,00	3,880	1,420		28,40
3 КАША ПЕРЛОВАЯ 0,180	0,180	2,00	1,160	9,910	77,200	352,00
4 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	2,00	22,900	13,060	8,380	244,17
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	2,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	2,00	0,560	0,050	27,890	113,79
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:	1,046		49,760	34,510	189,620	1241,230
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	4,00	3,200	0,400	17,000	94,00
Итого:	0,225		9,000	5,400	26,600	202,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА СКУМБРИЯ ОТВАРНАЯ 0,120	0,120	3,00	18,500	13,900		196,90
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200	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 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	3,00	0,480	0,060	1,020	7,80
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	3,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,722		32,810	25,510	95,150	765,200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
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:	3,173		120,86	92,87	462,97	3194,03

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 15.03.2024

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 С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	17,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	17,00	0,700	0,120	24,500	102,00
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
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,695		17,250	17,410	81,910	561,700
Всего:	0,695		17,25	17,41	81,91	561,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

