

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

от 18.03.2024

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 ГРЕЧНЕВОЙ КРУПКОЙ 0,250	0,250	30,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	30,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	30,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	30,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		22,840	23,460	94,200	681,900
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	30,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ЯБЛОКО 0,185	0,185	30,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	30,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	30,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	30,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	30,00	3,880	1,420		28,40
5 МАКАРОНИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	30,00	32,900	18,760	21,700	391,28
6 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	30,00	0,480	0,060	1,020	7,80
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	30,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	30,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	30,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	30,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	30,00				
Итого:	0,926		50,330	28,560	114,150	944,740
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	30,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 САХАР 0,020	0,020	30,00			20,000	80,00
3 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	30,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,320		15,300	10,500	54,500	376,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	30,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	30,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ 0,100/0,01	0,110	30,00	1,800	10,100	9,800	138,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	30,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	30,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	30,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,752		31,830	22,450	103,930	777,500
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	30,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,178		127,11	90,57	424,18	3100,14

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.П. от 18.03.2024



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 ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	109,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	109,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	109,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	109,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	109,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	109,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,900		33,040	29,660	136,700	954,500
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРИЩ 0,250 11	0,250	109,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	109,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	109,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	109,00	3,880	1,420		28,40
5 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	109,00	32,900	18,760	21,700	391,28
6 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	109,00	0,480	0,060	1,020	7,80
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	109,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	109,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	109,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	109,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	109,00				
Итого:	0,920		50,330	28,560	114,150	944,740
Всего:	1,820		83,37	58,22	250,85	1899,24

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

*(Handwritten signatures)*

Утверждено  
Директор



И.П. Попова

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 ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	18,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	18,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	18,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	18,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		18,040	18,460	66,350	507,400
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	18,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ЯБЛОКО 0,185	0,185	18,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	18,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 САХАР 0,020	0,020	18,00			20,000	80,00
3 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	18,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,320		15,300	10,500	54,500	376,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	18,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	18,00	3,000	6,000	23,700	112,50
3 СВЕКЛА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ 0,100/0,01	0,110	18,00	1,800	10,100	9,800	138,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	18,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	18,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	18,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,682		29,130	27,010	87,530	688,200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,150	0,150	18,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	2,047		68,34	60,80	264,55	1875,38

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.П. ШКОЛ  
от 18.03.2024



Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	19,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	19,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	19,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	19,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	19,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	19,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,795		28,240	24,660	108,850	780,000
Всего:	0,795		28,24	24,66	108,85	780,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 18.03.2024

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	20,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	20,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	20,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	20,00	3,880	1,420		28,40
5 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,235	0,235	20,00	29,200	16,800	19,440	350,40
6 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	20,00	0,480	0,060	1,020	7,80
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	20,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	20,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	20,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	20,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	20,00				
Итого:	0,876		44,930	25,960	103,390	852,060
Всего:	0,876		44,93	25,96	103,39	852,06

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

от 18.03.2024

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	23,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	23,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	23,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	23,00	3,880	1,420		28,40
5 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,235	0,235	23,00	29,200	16,800	19,440	350,40
6 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	23,00	0,480	0,060	1,020	7,80
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	23,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	23,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	23,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	23,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	23,00				
Итого:	0,870		44,930	25,960	103,390	852,060
Всего:	0,870		44,93	25,96	103,39	852,06

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

от 16.03.2024

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. С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 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 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	5,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ЯБЛОКО 0,185	0,185	5,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
<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 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	3,00	3,880	1,420		28,40
5 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	3,00	32,900	18,760	21,700	391,28
6 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	3,00	0,480	0,060	1,020	7,80
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:	0,926		50,330	28,560	114,150	944,740
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	5,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 САХАР 0,020	0,020	5,00			20,000	80,00
3 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	5,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,320		15,300	10,500	54,500	376,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	5,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	5,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛЯ ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ 0,100/0,01	0,110	5,00	1,800	10,100	9,800	138,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	5,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	5,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	5,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,752		31,830	22,450	103,930	777,500
<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:	3,178		127,11	90,57	424,18	3100,14

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова



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 ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 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 ЯБЛОКО 0,185	0,185	14,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	14,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,900		33,040	29,660	136,700	954,500
<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 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	10,00	3,880	1,420		28,40
5 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	10,00	32,900	18,760	21,700	391,28
6 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	10,00	0,480	0,060	1,020	7,80
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:	0,920		50,330	28,560	114,150	944,740
Всего:	1,820		83,37	58,22	250,85	1899,24

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)