

Утверждаю
Директор

И.П. Попова



М.В.Н.Ю
от 01.07.2024

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 ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	31,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	31,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	31,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	31,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		21,480	21,850	92,700	655,600
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	31,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ЯБЛОКО 0,185	0,185	31,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	31,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	31,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	31,00	5,160	3,360		50,80
4 МАКАРОННИК С МЯСОМ ЗАПЕЧ. 0,265	0,265	31,00	27,190	22,220	41,900	482,60
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	31,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	31,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	31,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	31,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	31,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	31,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	31,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,926		45,900	33,960	134,350	1058,460
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	31,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	31,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,300		15,300	10,500	34,500	296,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	31,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	31,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ 0,100/0,01	0,110	31,00	1,800	10,100	9,800	138,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	31,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	31,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	31,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,752		31,830	22,450	103,930	777,500
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	31,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,158		121,32	94,36	422,88	3107,56

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Р О
от 01.04.2024



Категория приходящие с 12лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	107,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	107,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	107,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	107,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	107,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,800		22,180	22,550	110,300	740,200
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	107,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	107,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	107,00	5,160	3,360		50,80
4 МАКАРОННИК С МЯСОМ ЗАПЕЧ. 0,265	0,265	107,00	27,190	22,220	41,900	482,60
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	107,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	107,00	0,600	0,400	32,600	140,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	107,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	107,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	107,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	107,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	107,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,920		45,940	34,310	139,060	1084,670
Всего:	1,720		68,12	56,86	249,36	1824,87

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

[Handwritten signature]

Утверждаю
Директор



И.П. Попова

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	16,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	16,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	16,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	16,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		16,680	16,850	64,850	481,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	16,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ЯБЛОКО 0,185	0,185	16,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	16,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	16,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,300		15,300	10,500	34,500	296,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	16,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	16,00	3,000	6,000	23,700	112,50
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С РАСТИТ. МАСЛОМ	0,060/10	16,00	0,900	0,050	4,900	24,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	16,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	16,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	16,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,642		28,230	16,960	82,630	574,200
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,150	0,150	16,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	1,987		66,08	49,14	238,15	1655,08

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор



И.П. Попова

М Е Н Ю
от 01.04.2024

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	20,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	20,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	20,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	20,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	20,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,695		17,380	17,550	82,450	565,700
Всего:	0,695		17,38	17,55	82,45	565,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова



М.П. И.О.
от 03.04.2024

Категория Проживающие 1-4 кл. (7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	18,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	18,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	18,00	5,160	3,360		50,80
4 МАКАРОННИК С МЯСОМ ЗАПЕЧ. 0,265	0,265	18,00	27,190	22,220	41,900	482,60
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	18,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	18,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	18,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	18,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	18,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	18,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	18,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,906		44,200	33,320	125,850	1006,660
Всего:	0,906		44,20	33,32	125,85	1006,66

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М.П. от 01.04.2024



Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
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 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	24,00	5,160	3,360		50,80
4 МАКАРОННИК С МЯСОМ ЗАПЕЧ. 0,265	0,265	24,00	27,190	22,220	41,900	482,60
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	24,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	24,00	0,600	0,400	32,600	140,00
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	24,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	24,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	24,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	24,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	24,00				
Итого:	0,900		0,210	0,020	0,900	4,47
Всего:			44,240	33,670	130,560	1032,870
			44,24	33,67	130,56	1032,87

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М.Э.Н.Ю
от 04.04.2024



Категория сироты проживающие с 7 лет

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
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 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	5,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	5,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		21,480	21,850	92,700	655,600
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
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
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	3,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	3,00	3,880	1,420		28,40
3 СМЕТАНА 0,010	0,010	3,00	0,250	2,000	0,340	20,60
4 МАКАРОННИК С МЯСОМ ЗАПЕЧ. 0,265	0,265	3,00	27,190	22,220	41,900	482,60
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	3,00	0,480	0,060	1,020	7,80
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:	0,926		44,620	32,020	134,350	1036,060
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	5,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100 0,100	0,100	5,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,300		15,300	10,500	34,500	296,000
УЖИН						
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 СВЕКЛА 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
ВТОРОЙ УЖИН						
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:	3,158		120,04	92,42	422,88	3085,16

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

[Handwritten signature]

Утверждаю
Директор



И.П. Попова

М.П. от 01.04.2024

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	15,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	15,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200	0,200	15,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	15,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	15,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,800		22,180	22,550	110,300	740,200
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	11,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	11,00	3,880	1,420		28,40
3 СМЕТАНА 0,010	0,010	11,00	0,250	2,000	0,340	20,60
4 МАКАРОНИК С МЯСОМ ЗАПЕЧ. 0,265	0,265	11,00	27,190	22,220	41,900	482,60
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	11,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	11,00	0,600	0,400	32,600	140,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	11,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	11,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	11,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	11,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	11,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,920		44,660	32,370	139,060	1062,270
Всего:	1,720		66,84	54,92	249,36	1802,47

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)