

Утверждаю
Директор



И.П. Попова

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 КРУПОЙ 0,250	0,250	4,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	4,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	4,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	4,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		22,840	23,460	94,200	681,900
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ЯБЛОКО 0,185	0,185	4,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	3,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	3,00	5,160	3,360		50,80
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	3,00	13,750	15,000	50,800	396,00
4 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	3,00	4,000	3,300	9,200	75,00
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	3,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	3,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	3,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	3,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,966		40,730	28,480	154,840	1063,460
ПОЛДНИК						
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
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	4,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	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 0,100	0,100	4,00	0,800	0,100	1,700	13,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	4,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,732		30,750	5,200	95,700	586,400
ВТОРОЙ УЖИН						
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:	3,103		110,13	68,14	428,74	2853,76

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

М Е Н Ю
от 12.04.2024



И.П. Попова

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	22,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	22,00	5,160	3,360		50,80
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	22,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	22,00	13,750	15,000	50,800	396,00
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	22,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	22,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	22,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	22,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
Итого:	0,940		39,030	27,840	146,340	1011,660
Всего:	0,940		39,03	27,84	146,34	1011,66

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

[Handwritten signature]

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор



И.П. Попова

М.Е.Н.Ю
от 12.04.2024

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	20,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	20,00	5,160	3,360		50,80
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	20,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	20,00	13,750	15,000	50,800	396,00
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	20,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	20,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	20,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	20,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	20,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	20,00				
Итого:	0,946		39,030	27,840	146,340	1011,660
Всего:	0,946		39,03	27,84	146,34	1011,66

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

ИЗДАНО
от 2.04.2024

Категория сироты проходящие 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	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 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	15,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	15,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	15,00	1,600	0,360	14,600	77,50
6 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	15,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,820		26,240	25,720	129,400	894,400
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	11,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	11,00	5,160	3,360		50,80
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	11,00	13,750	15,000	50,800	396,00
4 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	11,00	4,000	3,300	9,200	75,00
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	11,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	11,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	11,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	11,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	11,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	11,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,960		40,730	28,480	154,840	1063,460
Всего:	1,780		66,97	54,20	284,24	1957,86

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

МЕ Н Ю
от 12.04.2024

Категория проживающие с 12лет 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	29,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	29,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	29,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	29,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,615		24,560	25,630	93,800	709,300
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	29,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (КИВИ)200	0,200	29,00	1,600	8,000	16,200	94,00
Итого:	0,400		2,200	8,400	48,800	234,000
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	29,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	29,00	5,160	3,360		50,80
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	29,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	29,00	13,750	15,000	50,800	396,00
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	29,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	29,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	29,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	29,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	29,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	29,00				
Итого:	0,966		40,730	28,480	154,840	1063,460
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	4,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	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 0,100	0,100	4,00	0,800	0,100	1,700	13,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО СЛИВ.	0,100/0,010	4,00	7,700	8,000	49,300	301,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,792		34,000	11,600	121,700	754,400
ВТОРОЙ УЖИН						
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:	3,188		113,80	91,71	450,74	3101,56

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7



Утверждаю
Директор _____ И.П. Попова

М.В.И.Ю
от 12.04.2024

Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	101,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	101,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	101,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	101,00	12,900	14,600	49,300	383,00
5 ФРУКТЫ (КИВИ)200	0,200	101,00	1,600	8,000	16,200	94,00
Итого:	0,815		26,160	33,630	110,000	803,300
ОБЕД						
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 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	101,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	101,00	13,750	15,000	50,800	396,00
5 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	101,00	4,000	3,300	9,200	75,00
6 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (ГУСТОЙ) 0,200	0,200	101,00	0,200	0,200	47,400	194,00
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				
Итого:	0,960		40,370	28,630	174,350	1143,670
Всего:	1,775		66,53	62,26	284,35	1946,97

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

(Handwritten signatures in blue ink)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М.С.Н.Ю.
от 12.04.2024



Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	19,00	4,500	4,700	18,200	135,00
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 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	19,00	3,850	4,000	24,650	150,50
Итого:	0,560		15,510	15,030	69,150	476,800
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	19,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (КИВИ)200	0,200	19,00	1,600	8,000	16,200	94,00
Итого:	0,400		2,200	8,400	48,800	234,000
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	3,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	3,00	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 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	1,00	0,480	0,060	1,020	7,80
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,622		27,730	9,720	78,620	491,900
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:	1,967		56,81	49,98	226,94	1526,88

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 12.04.2024

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	18,00	4,500	4,700	18,200	135,00
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		18,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО, СЫР.	0,050/0,010/	18,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 ФРУКТЫ (КИВИ)200	0,200	18,00	1,600	8,000	16,200	94,00
Итого:	0,760		17,110	23,030	85,350	570,800
Всего:	0,760		17,11	23,03	85,35	570,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

