

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 15.04.2024

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 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 С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	19,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	19,00	3,850	4,000	24,650	150,50
Итого:	0,510		15,180	13,870	66,950	454,500
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	19,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ЯБЛОКО 0,185	0,185	19,00	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	19,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 САХАР 0,020	0,020	19,00			20,000	80,00
3 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	19,00	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	19,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	19,00	3,000	6,000	23,700	112,50
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С РАСТИТ. МАСЛОМ	0,060/10	19,00	0,900	0,050	4,900	24,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	19,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	19,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,642		28,230	16,960	82,630	574,200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,150	0,150	19,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	2,007		64,58	46,16	260,25	1708,48

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

М Е Н Ю  
от 15.04.2024

И.П. Попова



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 (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	20,00	5,160	3,360		50,80
5 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	20,00	32,900	18,760	21,700	391,28
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,060	0,060	20,00	0,660	0,120	2,280	14,40
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	20,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	20,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	20,00	3,400	1,260	17,000	103,60
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	20,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	20,00				
Итого:	0,906		50,090	29,920	106,910	921,940
Всего:	0,906		50,09	29,92	106,91	921,94

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.П.ЧЮ  
от 15.04.2024



Категория приходящие с 12лет 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	97,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	97,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	97,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	97,00	12,900	14,600	49,300	383,00
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	97,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,800		25,700	25,970	112,300	794,600
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	97,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	97,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	97,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	97,00	5,160	3,360		50,80
5 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	97,00	32,900	18,760	21,700	391,28
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	97,00	1,100	0,200	3,800	24,00
7 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	97,00	0,600	0,400	32,600	140,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	97,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	97,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	97,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	97,00				
Итого:	0,960		52,270	30,990	121,640	1009,550
Всего:	1,760		77,97	56,96	233,94	1804,15

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 15.04.2024

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 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 С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	18,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	18,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	18,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,695		15,880	14,570	84,550	539,100
Всего:	0,695		15,88	14,57	84,55	539,10

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 15.04.2024

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. С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 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 С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	30,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	30,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,615		25,000	25,270	94,700	710,000
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	30,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	30,00	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	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 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	30,00	5,160	3,360		50,80
4 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	30,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	30,00	1,100	0,200	3,800	24,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	30,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	30,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	30,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	30,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	30,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	30,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,966		52,230	30,640	116,930	983,340
<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:	3,218		131,17	94,46	427,46	3166,84

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова



М.П. от 15.04.2024

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	3,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	3,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	3,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	3,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,615		25,000	25,270	94,700	710,000
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
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
<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 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	3,00	5,160	3,360		50,80
4 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	3,00	0,210	0,020	0,900	4,47
5 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	3,00	32,900	18,760	21,700	391,28
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	3,00	1,100	0,200	3,800	24,00
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:	0,966		52,230	30,640	116,930	983,340
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 САХАР 0,020	0,020	4,00			20,000	80,00
3 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100	0,100	4,00	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	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 СВЕКЛА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ 0,100/0,01	0,110	4,00	1,800	10,100	9,800	138,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	4,00	0,200		13,600	56,00
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:	0,752		31,830	22,450	103,930	777,500
<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:	3,218		131,17	94,46	427,46	3166,84

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю  
от 15.04.2024

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	22,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	22,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	22,00	5,160	3,360		50,80
4 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	22,00	0,210	0,020	0,900	4,47
5 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	22,00	32,900	18,760	21,700	391,28
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,060	0,060	22,00	0,660	0,120	2,280	14,40
7 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	22,00	0,600	0,400	32,600	140,00
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	22,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	22,00	3,400	1,260	17,000	103,60
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
Итого:	0,900		50,130	30,270	111,620	948,150
Всего:	0,900		50,13	30,27	111,62	948,15

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 15.04.2024

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 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 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	15,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	15,00	12,900	14,600	49,300	383,00
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	15,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,800		25,700	25,970	112,300	794,600
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	11,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	11,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	11,00	5,160	3,360		50,80
4 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	11,00	0,210	0,020	0,900	4,47
5 МАКАРОНИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	11,00	32,900	18,760	21,700	391,28
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	11,00	1,100	0,200	3,800	24,00
7 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	11,00	0,600	0,400	32,600	140,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	11,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	11,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	11,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	11,00				
Итого:	0,960		52,270	30,990	121,640	1009,550
Всего:	1,760		77,97	56,96	233,94	1804,15

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)