

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова



М.В.Н.Ю  
от 18.04.2024

Категория сироты приходящие с 7 лет

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	15,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	15,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	15,00	3,870	3,100	25,200	145,50
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:	0,750		45,100	33,990	138,140	1155,200
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	11,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	11,00	21,100	13,600		211,00
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	11,00	3,880	1,420		28,40
4 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	11,00	4,000	0,800	31,600	150,00
5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,100 9	0,100	11,00	1,260	10,140	8,320	129,26
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:	1,020		46,400	38,680	126,720	1071,530
Всего:	1,770		91,50	72,67	264,86	2226,73

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю  
от 18.04.2024

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	3,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	3,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	3,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	3,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,545		41,700	31,730	102,940	942,700
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	3,00	1,600	0,360	14,600	77,50
Итого:	0,185		1,600	0,360	14,600	77,500
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	2,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	2,00	21,100	13,600		211,00
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	2,00	3,880	1,420		28,40
4 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	2,00	4,000	0,800	31,600	150,00
5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,100 9	0,100	2,00	1,260	10,140	8,320	129,26
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:	1,026		46,360	38,330	122,010	1045,320
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	3,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	3,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
<b>УЖИН</b>						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	3,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	3,00	6,000	6,800	29,200	202,00
3 ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 0,100	0,100	3,00	0,800	0,100	2,500	14,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	3,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,665		35,350	23,000	121,500	865,400
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	3,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	2,821		137,81	104,82	398,85	3271,12

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 18.04.2024

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	31,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	31,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	31,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	31,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,545		43,420	33,900	102,540	970,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	31,00	1,600	0,360	14,600	77,50
Итого:	0,185		1,600	0,360	14,600	77,500
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	31,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	31,00	21,100	13,600		211,00
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	31,00	3,880	1,420		28,40
4 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	31,00	4,000	0,800	31,600	150,00
5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,100 9	0,100	31,00	1,260	10,140	8,320	129,26
6 КОМПЮТ 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:	1,026		46,360	38,330	122,010	1045,320
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	31,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	31,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
<b>УЖИН</b>						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	31,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180 0,180	0,180	31,00	6,000	6,800	29,200	202,00
3 ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 0,100	0,100	31,00	0,800	0,100	2,500	14,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	31,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	31,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	31,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,665		35,350	23,000	121,500	865,400
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	31,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	2,821		139,53	106,99	398,45	3298,52

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 18.04.2024

Категория Приходящие 1-4 кл. ( 7-11

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 ПЦИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	24,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,090	0,090	24,00	18,990	12,240		189,90
3 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	24,00	3,000	6,000	23,700	112,50
4 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,100 9	0,100	24,00	1,260	10,140	8,320	129,26
5 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	24,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	24,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	24,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	24,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	24,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	24,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,920		37,710	40,460	110,320	932,730
Всего:	0,920		37,71	40,46	110,32	932,73

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю  
от 18.04.2024

Категория Проживающие 1-4 кл. ( 7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	20,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,090	0,090	20,00	18,990	12,240		189,90
3 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	20,00	3,000	6,000	23,700	112,50
4 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,100 9	0,100	20,00	1,260	10,140	8,320	129,26
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	20,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	20,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	20,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	20,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	20,00				
10 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	20,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,926		37,670	40,110	105,610	906,520
Всего:	0,926		37,67	40,11	105,61	906,52

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю  
от 18.04.2024

Категория проживающие с 7-11 лет (г

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	19,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	19,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	19,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	19,00	3,850	4,000	24,650	150,50
Итого:	0,490		34,370	23,300	77,890	737,600
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	19,00	1,600	0,360	14,600	77,50
Итого:	0,185		1,600	0,360	14,600	77,500
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	19,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	19,00	1,800	1,900	20,600	135,00
Итого:	0,220		7,600	6,900	30,200	243,000
<b>УЖИН</b>						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	19,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР ) 0,15	0,150	19,00	4,500	5,100	21,900	151,50
3 ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 0,100	0,100	19,00	0,800	0,100	2,500	14,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	19,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	19,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,615		32,150	20,660	105,700	763,100
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	19,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	1,660		80,03	54,95	234,69	1901,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю  
от 18.04.2024




Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010	0,200/0,010	20,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	20,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	20,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	20,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	20,00	1,600	0,360	14,600	77,50
Итого:	0,675		35,970	23,660	92,490	815,100
Всего:	0,675		35,97	23,66	92,49	815,10

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.В.Н.Ю  
от 18.04.2024



Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200/0,010		101,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	101,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	101,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	101,00	12,900	14,600	49,300	383,00
5 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	101,00	1,600	0,360	14,600	77,50
Итого:	0,730		45,020	34,260	117,140	1047,600
<b>ОБЕД</b>						
1 ЦИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25 0,285		101,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	101,00	21,100	13,600		211,00
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	101,00	3,880	1,420		28,40
4 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	101,00	4,000	0,800	31,600	150,00
5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,100 9	0,100	101,00	1,260	10,140	8,320	129,26
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:	1,020		46,400	38,680	126,720	1071,530
Всего:		1,750	91,42	72,94	243,86	2119,13

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)