

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 06.05.2024

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	2,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	2,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	2,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	2,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,615		24,560	25,630	93,800	709,300
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,250	0,250	2,00				
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	2,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,450		0,600	0,400	32,600	140,000
ОБЕД						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	1,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	1,00	0,210	0,020	0,900	4,47
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	1,00	19,350	12,600		190,50
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	1,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПЕРЛОВАЯ 0,180	0,180	1,00	1,160	9,910	77,200	352,00
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	1,00	1,100	0,200	3,800	24,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	1,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	1,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	1,00				
Итого:	1,086		54,530	46,580	173,790	1291,160
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	2,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
УЖИН						
1 РЫБА СКУМБРИЯ ОТВАРНАЯ 0,120	0,120	2,00	18,500	13,900		196,90
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,200 11	0,200	2,00	5,600	19,200	47,000	384,00
3 СВЕКЛА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ 0,100/0,01	0,110	2,00	1,800	10,100	9,800	138,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	2,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,МАСЛО 50/10	0,060	2,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,772		35,730	53,950	119,330	1129,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	2,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,403		138,63	142,46	473,82	3729,26

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 06.05.2024

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 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 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	15,00	12,900	14,600	49,300	383,00
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,250	0,250	15,00				
6 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	15,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,965		36,460	32,030	131,300	965,300
ОБЕД						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	11,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	11,00	0,210	0,020	0,900	4,47
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	11,00	5,160	3,360		50,80
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	11,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПЕРЛОВАЯ 0,180	0,180	11,00	1,160	9,910	77,200	352,00
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	11,00	1,100	0,200	3,800	24,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	11,00	0,560	0,050	27,890	113,79
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:	1,025		40,340	37,340	173,790	1151,460
Всего:	1,990		76,80	69,37	305,09	2116,76

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю:

Директор:

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 06.05.2024

Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	92,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	92,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	92,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО, СЫР.	0,100/10/15	92,00	12,900	14,600	49,300	383,00
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	92,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	92,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,895		37,160	32,730	148,900	1049,900
ОБЕД						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	92,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	92,00	0,210	0,020	0,900	4,47
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	92,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	92,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПЕРЛОВАЯ 0,180	0,180	92,00	1,160	9,910	77,200	352,00
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	92,00	1,100	0,200	3,800	24,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	92,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	92,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	92,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	92,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	92,00				
Итого:	1,031		39,060	35,400	173,790	1129,060
Всего:	1,926		76,22	68,13	322,69	2178,96

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М.Е.НЮ
от 06.05.2024

Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 ШИ ИЗ ЦАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	23,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	23,00	0,210	0,020	0,900	4,47
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	23,00	19,350	12,600		190,50
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	23,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПЕРЛОВАЯ 0,150	0,150	23,00	0,960	8,250	64,320	293,30
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,060	0,060	23,00	0,660	0,120	2,280	14,40
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:	0,990		52,190	44,200	150,890	1171,060
Всего:	0,990		52,19	44,20	150,89	1171,06

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 06.05.2024

Категория Проживающие 1-4 кл. (7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 ПИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	15,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	15,00	19,350	12,600		190,50
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	15,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	15,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПЕРЛОВАЯ 0,150	0,150	15,00	0,960	8,250	64,320	293,30
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,060	0,060	15,00	0,660	0,120	2,280	14,40
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	15,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	15,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	15,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	15,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	15,00				
Итого:	0,996		52,190	44,200	150,890	1171,060
Всего:	0,996		52,19	44,20	150,89	1171,06

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю
от 06.05.2024

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	6,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	6,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	6,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	6,00	3,850	4,000	24,650	150,50
Итого:	0,510		14,610	14,090	65,510	449,800
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	13,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	13,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	14,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	14,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТ. 0,270 11	0,270	14,00	10,900	11,900	29,800	279,00
2 СВЕКЛА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ 0,100/0,01	0,110	14,00	1,800	10,100	9,800	138,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	14,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,МАСЛО 50/10	0,060	14,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	14,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,702		20,830	32,110	93,630	775,700
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,150	0,150	14,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	2,042		59,01	62,43	262,41	1893,28

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 06.05.2024

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	18,00	3,600	3,760	14,560	108,00
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 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	18,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	18,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	18,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,790		27,210	21,190	120,610	790,400
Всего:	0,790		27,21	21,19	120,61	790,40

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор



И.П. Попова

М Е Н Ю
от 06.05.2024

Категория проживающие с 12лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	13,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	13,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	13,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	13,00	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	25,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	25,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	25,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	25,00	0,210	0,020	0,900	4,47
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	25,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	25,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПЕРЛОВАЯ 0,180	0,180	25,00	1,160	9,910	77,200	352,00
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	25,00	1,100	0,200	3,800	24,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	25,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	25,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
Итого:	1,025		39,060	35,400	173,790	1129,060
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	25,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	25,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТ. 0,270 11	0,270	25,00	10,900	11,900	29,800	279,00
2 СВЕКЛА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ 0,100/0,01	0,110	25,00	1,800	10,100	9,800	138,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	25,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,МАСЛО 50/10	0,060	25,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,722		22,530	32,750	102,130	827,500
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	25,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,222		110,66	110,78	474,22	3349,86

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)