

Утверждаю  
Директор



И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 16.05.2024 \*

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
5 МОРКОВЬ ПРИПУЦ. 0,100	0,100	31,00	1,400	1,600	7,700	52,00
Итого:	0,645		44,820	35,500	110,240	1022,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (КИВИ)200	0,200	31,00	1,600	8,000	16,200	94,00
Итого:	0,200		1,600	8,000	16,200	94,000
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25 0,285	0,285	31,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020 0,020	0,020	31,00	5,160	3,360		50,80
3 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3 0,200	0,200	31,00	4,000	0,800	31,600	150,00
4 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,090	0,090	31,00	18,990	12,240		189,90
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	31,00	1,100	0,200	3,800	24,00
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:	1,016		45,370	28,970	117,490	941,360
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	31,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	31,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,235		6,800	13,100	24,400	245,000
<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 ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	31,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	31,00	5,100	1,900	25,500	155,40
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:	2,941		139,14	113,07	397,43	3265,06

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 16.05.2024

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
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	19,00	0,840	0,960	4,620	31,20
Итого:	0,550		35,210	24,260	82,510	768,800
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (КИВИ)200	0,200	19,00	1,600	8,000	16,200	94,00
Итого:	0,200		1,600	8,000	16,200	94,000
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	19,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	19,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,235		6,800	13,100	24,400	245,000
<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) 0,180 0,180	0,180 0,180	19,00	6,000	6,800	29,200	202,00
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:	0,645		33,650	22,360	113,000	813,600
<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:	1,780		81,57	71,45	242,41	2002,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 16.05.2024

Категория приходящие с 12лет 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	0,200/0,010	95,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	95,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	95,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	95,00	12,900	14,600	49,300	383,00
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	95,00	0,840	0,960	4,620	31,20
6 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	95,00	1,000	8,100	14,800	137,00
7 ФРУКТЫ (КИВИ)200	0,200	95,00	1,600	8,000	16,200	94,00
Итого:	0,840		46,860	50,960	138,160	1232,300
<b>ОБЕД</b>						
1 ПЦИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25 0,285		95,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020 0,020		95,00	5,160	3,360		50,80
3 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3 0,200		95,00	4,000	0,800	31,600	150,00
4 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,090 0,090		95,00	18,990	12,240		189,90
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100 0,100		95,00	1,100	0,200	3,800	24,00
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200		95,00	0,600	0,400	32,600	140,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060 0,060		95,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050		95,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025 0,0025		95,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025 0,0025		95,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003 0,003		95,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,010		45,410	29,320	122,200	967,570
Всего:	1,850		92,27	80,28	260,36	2199,87

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 16.05.2024



Категория приходящие 7-11 лет (а)

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
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	19,00	0,840	0,960	4,620	31,20
6 ФРУКТЫ (КИВИ)200	0,200	19,00	1,600	8,000	16,200	94,00
7 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	19,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,785		37,810	40,360	113,510	999,800
Всего:	0,785		37,81	40,36	113,51	999,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю.  
от 16.05.2024



Категория сироты проживающие 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	5,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	5,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	5,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	5,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0, 100	0,100	5,00	1,400	1,600	7,700	52,00
Итого:	0,645		41,290	31,960	111,440	977,500
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,250	0,250	5,00				
Итого:	0,250					
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	3,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	3,00	19,350	12,600		190,50
3 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	3,00	4,000	0,800	31,600	150,00
4 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	3,00	21,100	13,600		211,00
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	3,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	3,00	1,100	0,200	3,800	24,00
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:	1,081		61,670	39,570	117,490	1102,160
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	5,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	5,00	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	5,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	5,00	6,000	6,800	29,200	202,00
3 ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 0,100	0,100	5,00	0,800	0,100	2,500	14,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	5,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	5,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	5,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,665		35,350	23,000	121,500	865,400
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	5,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	3,041		151,11	105,93	388,23	3285,26

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

*(Handwritten signature)*

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 16.05.2024

Категория сироты приходящие 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	13,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	13,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	13,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	13,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0, 100	0,100	13,00	1,400	1,600	7,700	52,00
6 КОНД.ИЗДЕЛ. ПЕЧЕНЬЕ 0,026	0,020	13,00	1,800	1,900	20,600	135,00
7 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,250	0,250	13,00				
Итого:	0,915		43,090	33,860	132,040	1112,500
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25 0,285	0,285	10,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	10,00	5,160	3,360		50,80
3 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3 0,200	0,200	10,00	4,000	0,800	31,600	150,00
4 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	10,00	21,100	13,600		211,00
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	10,00	1,100	0,200	3,800	24,00
6 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	10,00	0,600	0,400	32,600	140,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	10,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	10,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	10,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,020		47,520	30,680	122,200	988,670
Всего:	1,935		90,61	64,54	254,24	2101,17

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 16.05.2024

Категория Проживающие 1-4 кл. ( 7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 ШИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	21,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075 (В 1 БЛ.)	0,075	21,00	15,800	6,800		158,25
3 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	21,00	3,000	6,000	23,700	112,50
4 РЫБА ГОРБУША ОТВАРНАЯ 0,125	0,125	21,00	27,200	9,120		190,00
5 РЕДИС 0,100	0,100	21,00	1,200	10,100	3,400	110,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	21,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	21,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	21,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	21,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	21,00				
11 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	21,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,036		61,620	43,750	100,690	1045,610
Всего:	1,036		61,62	43,75	100,69	1045,61

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.Е.НЮ  
от 16.05.2024

Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 ЦИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	22,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	22,00	5,270	3,400		52,75
3 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	22,00	3,000	6,000	23,700	112,50
4 РЫБА ГОРБУША ОТВАРНАЯ 0,125	0,125	22,00	27,200	9,120		190,00
5 РЕДИС 0,100	0,100	22,00	1,200	10,100	3,400	110,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	22,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	22,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	22,00	0,600	0,400	32,600	140,00
9 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	22,00	0,210	0,020	0,900	4,47
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
Итого:	0,980		51,130	40,700	105,400	966,320
Всего:	0,980		51,13	40,70	105,40	966,32

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

