

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 23.05.2024

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	32,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	32,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	32,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	32,00	3,870	3,100	25,200	145,50
5 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	32,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,545		42,650	24,480	106,300	823,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	32,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 0,200	0,200	32,00	0,800	0,800	19,600	94,00
Итого:	0,400		1,400	1,200	52,200	234,000
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	32,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	32,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075 (В 1 БЛ.)	0,075	32,00	15,800	6,800		158,25
4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	32,00	3,700	5,200	27,500	172,80
5 КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ 0,100	0,100	32,00	1,390	7,380	17,000	218,40
6 РЕДИС 0,100	0,100	32,00	1,200	10,100	3,400	110,00
7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	32,00	0,200		26,000	106,00
8 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	32,00	0,210	0,020	0,900	4,47
9 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	32,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	32,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	32,00				
12 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	32,00	5,100	1,900	25,500	155,40
13 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	32,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	1,043		34,800	37,750	137,440	1168,920
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	32,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	32,00	27,900	5,400	27,300	274,00
3 САХАР 0,020	0,020	32,00			20,000	80,00
4 СМЕТАНА 0,010	0,010	32,00	0,250	2,000	0,340	20,60
Итого:	0,380		33,950	12,400	57,240	482,600
УЖИН						
1 СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 0,077 (160)	0,077	32,00	13,090	6,500		111,60
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,200 11	0,200	32,00	5,600	19,200	47,000	384,00
3 ЧАЙ С САХАРОМ 0,200/0,015	0,200/0,015	32,00	0,200		14,000	56,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО, СЫР.	0,050/0,010/	32,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,100	0,100	32,00	1,300	0,100	4,900	26,00
6 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	32,00	1,900	8,900	7,700	119,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	32,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	32,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 ЛУК ПОРЦ. 0,020	0,020	32,00	0,340	0,044	1,906	8,51
10 МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,010	0,010	32,00		10,000		90,00
Итого:	0,882		35,830	52,244	148,956	1234,010
ВТОРОЙ УЖИН						

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ

от 23.05.2024

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	3,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	3,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	3,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 ЧАЙ С САХАРОМ 0,200/0,015	0,200/0,015	3,00	0,200		14,000	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	3,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,560		40,700	23,550	94,700	761,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,250	0,250	3,00				
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	3,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,450		0,600	0,400	32,600	140,000
ОБЕД						
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 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0, 180	0,180	3,00	3,700	5,200	27,500	172,80
6 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50	100 / 50	3,00	5,500	7,100	9,600	125,00
7 РЕДИС 0,100	0,100	3,00	1,200	10,100	3,400	110,00
8 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	3,00	0,200		26,000	106,00
9 ЗЕЛЕНЬ 0,0022	0,0022	3,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	3,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	3,00				
12 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
13 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	1,033		28,270	34,030	130,040	968,070
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	3,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	3,00	27,900	5,400	27,300	274,00
3 САХАР 0,020	0,020	3,00			20,000	80,00
4 СМЕТАНА 0,010	0,010	3,00	0,250	2,000	0,340	20,60
Итого:	0,380		33,950	12,400	57,240	482,600
УЖИН						
1 СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 0,077 (160)	0,077	3,00	13,090	6,500		111,60
2 ЛУК ПОРЦ. 0,020	0,020	3,00	0,340	0,044	1,906	8,51
3 МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,010	0,010	3,00		10,000		90,00
4 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,200 11	0,200	3,00	5,600	19,200	47,000	384,00
5 ЧАЙ С САХАРОМ 0,200/0,015	0,200/0,015	3,00	0,200		14,000	56,00
6 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	3,00	3,850	4,000	24,650	150,50
7 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,100	0,100	3,00	1,300	0,100	4,900	26,00
8 ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 0,100	0,100	3,00	0,800	0,100	2,500	14,00
9 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,832		30,280	41,844	120,456	996,010
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	3,00	4,310	3,730	6,300	80,60

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	- 3,405		138,11	115,95	441,33	3428,28

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 23.05.2024

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	19,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	19,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	19,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	19,00	3,870	3,100	25,200	145,50
5 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	19,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,490		38,620	20,280	81,550	671,600
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	19,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 0,200	0,200	19,00	0,800	0,800	19,600	94,00
Итого:	0,400		1,400	1,200	52,200	234,000
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	19,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	19,00	27,900	5,400	27,300	274,00
3 САХАР 0,020	0,020	19,00			20,000	80,00
4 СМЕТАНА 0,010	0,010	19,00	0,250	2,000	0,340	20,60
Итого:	0,380		33,950	12,400	57,240	482,600
УЖИН						
1 СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 0,077 (160)	0,077	19,00	13,090	6,500		111,60
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,200 11	0,200	19,00	5,600	19,200	47,000	384,00
3 ЧАЙ С САХАРОМ 0,200/0,015	0,200/0,015	19,00	0,200		14,000	56,00
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	19,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,100	0,100	19,00	1,300	0,100	4,900	26,00
6 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	19,00	1,900	8,900	7,700	119,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	19,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 ЛУК ПОРЦ.0,020	0,020	19,00	0,340	0,044	1,906	8,51
10 МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,010	0,010	19,00		10,000		90,00
Итого:	0,862		34,130	51,604	140,456	1182,210
ВТОРОЙ УЖИН						
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:	2,282		112,41	89,21	337,74	2651,01

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 23.05.2024

Категория проходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	97,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	97,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	97,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	97,00	3,870	3,100	25,200	145,50
5 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	97,00	11,180	12,430	49,700	355,60
6 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 0,200	0,200	97,00	0,800	0,800	19,600	94,00
Итого:	0,745		43,450	25,280	125,900	917,100
ОБЕД						
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 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	97,00	5,160	3,360		50,80
4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	97,00	3,700	5,200	27,500	172,80
5 КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ 0,100	0,100	97,00	1,390	7,380	17,000	218,40
6 РЕДИС 0,100	0,100	97,00	1,200	10,100	3,400	110,00
7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	97,00	0,200		26,000	106,00
8 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	97,00	0,210	0,020	0,900	4,47
9 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	97,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	97,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	97,00				
12 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	97,00	5,100	1,900	25,500	155,40
13 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	97,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,982		24,160	34,310	137,440	1061,470
Всего:	1,727		67,61	59,59	263,34	1978,57

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 23.05.2024

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	18,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	18,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	18,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	18,00	3,870	3,100	25,200	145,50
5 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	18,00	7,150	8,230	24,950	204,10
6 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 0,200	0,200	18,00	0,800	0,800	19,600	94,00
Итого:	0,690		39,420	21,080	101,150	765,600
Всего:	0,690		39,42	21,08	101,15	765,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 23.05.2024

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	13,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	13,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	13,00	1,000	2,600	3,600	42,00
4 ЧАЙ С САХАРОМ 0,200/0,015	0,200/0,015	13,00	0,200		14,000	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	13,00	12,900	14,600	49,300	383,00
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,250	0,250	13,00				
7 СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С	170	13,00	27,340	7,400	37,620	334,50
Итого:	0,980		68,040	30,950	132,320	1095,500
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	9,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	9,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	9,00	5,160	3,360		50,80
4 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	9,00	0,210	0,020	0,900	4,47
5 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0, 180	0,180	9,00	3,700	5,200	27,500	172,80
6 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50	100 / 50	9,00	5,500	7,100	9,600	125,00
7 РЕДИС 0,100	0,100	9,00	1,200	10,100	3,400	110,00
8 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	9,00	0,200		26,000	106,00
9 ЗЕЛЕНЬ 0,0022	0,0022	9,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
12 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	9,00	5,100	1,900	25,500	155,40
13 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	9,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	1,027		28,270	34,030	130,040	968,070
Всего:	2,007		96,31	64,98	262,36	2063,57

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 23.05.2024

Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 ШИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	22,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	22,00	0,210	0,020	0,900	4,47
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛЮДО 0,025	0,025	22,00	5,270	3,400		52,75
4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150	0,150	22,00	3,150	4,350	22,950	144,00
5 КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,100	0,100	22,00	14,200	11,400	13,000	213,00
6 РЕДИС 0,100	0,100	22,00	1,200	10,100	3,400	110,00
7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	22,00	0,200		26,000	106,00
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
10 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	22,00				
11 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	22,00	3,400	1,260	17,000	103,60
12 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	22,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,962		37,880	40,930	111,050	986,820
Всего:	0,962		37,88	40,93	111,05	986,82

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 23.05.2024

Категория Проживающие 1-4 кл. (7-1)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ОБЕД						
1 ШИ ИЗ ЩАВЕЛЯ С ГРЕНК. И СМЕТ. 250/10/25	0,285	19,00	5,800	8,800	4,500	120,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075 (В 1 БЛ.)	0,075	19,00	15,800	6,800		158,25
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	19,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 ЗЕЛЕНЬ 0,0074	0,0074	19,00				
5 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150	0,150	19,00	3,150	4,350	22,950	144,00
6 КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,100	0,100	19,00	14,200	11,400	13,000	213,00
7 РЕДИС 0,100	0,100	19,00	1,200	10,100	3,400	110,00
8 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	19,00	0,200		26,000	106,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	19,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	19,00				
11 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	19,00	3,400	1,260	17,000	103,60
12 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	19,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	1,018		48,410	44,330	111,050	1092,320
Всего:	1,018		48,41	44,33	111,05	1092,32

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)