

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю  
от 09.09.2024

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	4,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	4,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	4,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	4,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		23,280	23,100	95,100	682,600
<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	2,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	2,00	3,880	1,420		28,40
3 СМЕТАНА 0,010	0,010	2,00	0,250	2,000	0,340	20,60
4 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	2,00	0,210	0,020	0,900	4,47
5 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	2,00	32,900	18,760	21,700	391,28
6 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,100	0,100	2,00	1,300	0,100	4,900	26,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	2,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	2,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	2,00				
Итого:	0,966		51,150	28,600	118,030	962,940
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100 0,100	0,100	4,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,300		15,300	10,500	34,500	296,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА СКУМБРИЯ ОТВАРНАЯ 0,120	0,120	4,00	18,500	13,900		196,90
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:	0,772		34,130	35,550	103,930	895,400
<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		130,67	103,35	408,96	3156,94

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

И.П. Попова  
от 09.09.2024

Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	105,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	105,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	105,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	105,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	105,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	105,00	3,200	0,400	17,000	94,00
Итого:	0,825		27,180	24,200	129,700	861,200
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	105,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	105,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	105,00	3,880	1,420		28,40
4 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	105,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	105,00	0,210	0,020	0,900	4,47
6 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,100	0,100	105,00	1,300	0,100	4,900	26,00
7 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	105,00	0,600	0,400	32,600	140,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	105,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	105,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	105,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	105,00				
Итого:	0,960		51,190	28,950	122,740	989,150
Всего:	1,785		78,37	53,15	252,44	1850,35

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М.П. № \_\_\_\_\_  
от 09.09.2024



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	21,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	21,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	21,00	3,880	1,420		28,40
4 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	21,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	21,00	0,210	0,020	0,900	4,47
6 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,060	0,060	21,00	1,860	0,120	3,900	24,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	21,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	21,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	21,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	21,00				
Итого:	0,900		50,010	27,980	108,530	909,140
Всего:	0,900		50,01	27,98	108,53	909,14

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждено  
Директор



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	16,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	16,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	16,00	3,880	1,420		28,40
4 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	16,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	16,00	0,210	0,020	0,900	4,47
6 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,060	0,060	16,00	1,860	0,120	3,900	24,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	16,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	16,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	16,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	16,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	16,00				
Итого:	0,906		50,010	27,980	108,530	909,140
Всего:	0,906		50,01	27,98	108,53	909,14

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю  
Директор



И.П. Попова

Категория приходящие 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	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 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	19,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	19,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	19,00	3,200	0,400	17,000	94,00
Итого:	0,720		22,380	19,200	101,850	686,700
Всего:	0,720		22,38	19,20	101,85	686,70

шеф-повар

Медицинская сестра (диетическая)

Утверждаю  
Директор



И.П. Попова

М.Е.Н.Ю  
от 09.09.2024\*

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	10,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	10,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	10,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	10,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		18,480	18,100	67,250	508,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	14,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ЯБЛОКО 0,185	0,185	14,00	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	14,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100 0,100	0,100	14,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,300		15,300	10,500	34,500	296,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА СКУМБРИЯ ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	14,00	15,400	11,600		164,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	14,00	3,000	6,000	23,700	112,50
3 СВЕКЛА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ 0,100/0,01	0,110	14,00	1,800	10,100	9,800	138,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	14,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,МАСЛО 50/10	0,060	14,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	14,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,682		28,330	37,810	87,530	773,200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
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:	2,027		67,98	71,24	245,45	1881,08

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор



И.П. Попова

МЕСЯЦ  
от 09.09.2024

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	27,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	27,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	27,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	27,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		23,280	23,100	95,100	682,600
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	27,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ЯБЛОКО 0,185	0,185	27,00	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	27,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	27,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	27,00	3,880	1,420		28,40
4 МАКАРОНИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	27,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	27,00	0,210	0,020	0,900	4,47
6 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,100	0,100	27,00	1,300	0,100	4,900	26,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	27,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	27,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	27,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	27,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	27,00				
Итого:	0,966		51,150	28,600	118,030	962,940
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	27,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ 0,100 0,100	0,100	27,00	9,500	5,500	24,900	188,00
Итого:	0,300		15,300	10,500	34,500	296,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА СКУМБРИЯ ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	26,00	15,400	11,600		164,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	26,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ 0,100/0,01	0,110	26,00	1,800	10,100	9,800	138,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	26,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	26,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	26,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,752		31,030	33,250	103,930	862,500
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	26,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:		3,198	127,57	101,05	408,96	3124,04

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

*[Handwritten signature]*

Утверждаю  
Директор



И.П. Попова

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	12,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	12,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	12,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	12,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ЯБЛОКО 0,185	0,185	12,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	12,00	3,200	0,400	17,000	94,00
Итого:	0,825		27,180	24,200	129,700	861,200
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	10,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	10,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	10,00	3,880	1,420		28,40
4 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	10,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	10,00	0,210	0,020	0,900	4,47
6 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,100	0,100	10,00	1,300	0,100	4,900	26,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	10,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	10,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	10,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
Итого:	0,960		51,150	28,600	118,030	962,940
Всего:	1,785		78,33	52,80	247,73	1824,14

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)