

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 13.09.2024

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,005	27,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	27,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	27,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	27,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	27,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,757		29,500	42,100	101,600	908,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	27,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,185		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	27,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	27,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	27,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	27,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	27,00	1,430	10,090	7,240	126,60
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	27,00	0,200		26,000	106,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	27,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	27,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	27,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	27,00				
Итого:	1,033		39,160	35,780	155,090	1141,200
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	14,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ)	0,045	14,00	2,200	0,300	35,000	178,00
Итого:	0,245		8,000	5,300	44,600	286,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050 250/50	0,250/0,050	4,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 0,200 0,200	0,200 0,200	4,00	8,000	11,200	38,800	288,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	4,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,810		28,150	27,500	137,100	837,400
ВТОРОЙ УЖИН						
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:	3,210		111,02	115,88	463,19	3352,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М-В-Н-Ю
от 13.09.2024

Категория Проживающие 1-4 кл. (7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	14,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	14,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	14,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	14,00	6,600	5,370	38,300	228,58
5 БАКЛАЖАНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ 0,100	0,100	14,00	5,400	20,000	19,400	280,00
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	14,00	0,200		26,000	106,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	14,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	14,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	14,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	14,00				
Итого:	0,983		40,110	43,940	150,850	1195,980
Всего:	0,983		40,11	43,94	150,85	1195,98

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 13.09.2024



Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 Омлет натуральный 0,105/0,005	0,105/0,005	3,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 пюре картоф. 0,200 11	0,200	3,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 икра кабачковая (конс.) с т.о 0,100	0,100	3,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 чай с лимоном 0,200/0,007/0,015	200/7/15	3,00	0,200		13,600	56,00
5 хлеб в/с (пшеничный) масло, сыр.	0,100/10/15	3,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,757		29,500	42,100	101,600	908,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 яблоко 0,185	0,185	3,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,185		0,700	0,700	17,600	84,600
Всего:	0,942		30,20	42,80	119,20	992,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая) _____

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 13.09.2024

Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	15,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	15,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	15,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150	0,150	15,00	4,200	5,100	25,200	163,50
5 БАКЛАЖАНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ 0,100	0,100	15,00	5,400	20,000	19,400	280,00
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	15,00	0,200		26,000	106,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	15,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	15,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	15,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	15,00				
Итого:	0,977		37,710	43,670	137,750	1130,900
Всего:	0,977		37,71	43,67	137,75	1130,90

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 13.09.2024

Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,005	11,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	11,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	11,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	11,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	11,00	12,900	14,600	49,300	383,00
6 ЯБЛОКО 0,185	0,185	11,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,942		30,200	42,800	119,200	992,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	9,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	9,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	9,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	9,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	9,00	1,430	10,090	7,240	126,60
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	9,00	0,200		26,000	106,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	9,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	9,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
Итого:	1,027		39,160	35,780	155,090	1141,200
Всего:	1,969		69,36	78,58	274,29	2133,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 13.09.2024



Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 Омлет натуральный 0,105/0,005	0,105/0,005	13,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 пюре картоф. 0,150	0,150	13,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 икра кабачковая конс. с т.о 0,060	0,060	13,00	0,960	3,780	4,440	54,48
4 чай с лимоном 0,200/0,007/0,015	200/7/15	13,00	0,200		13,600	56,00
5 хлеб в/с (пшеничный) масло, сыр.	0,050/0,010/	13,00	3,850	4,000	24,650	150,50
Итого:	0,612		18,460	25,980	66,340	573,480
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 яблоко 0,185	0,185	13,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,185		0,700	0,700	17,600	84,600
Всего:	0,797		19,16	26,68	83,94	658,08

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждено
Директор

М.Е.Н.Ю
от 13.09.2024



И.П. Попова

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 Омлет натуральный 0,105/0,005	0,105/0,005	17,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 пюре картоф. 0,150	0,150	17,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 икра кабачковая конс. с т.о 0,060	0,060	17,00	0,960	3,780	4,440	54,48
4 чай с лимоном 0,200/0,007/0,015	200/7/15	17,00	0,200		13,600	56,00
5 хлеб в/с (пшеничный) масло, сыр.	0,050/0,010/	17,00	3,850	4,000	24,650	150,50
6 яблоко 0,185	0,185	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,797		19,160	26,680	83,940	658,080
Всего:	0,797		19,16	26,68	83,94	658,08

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 13.09.2024



Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,005	107,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200 11	0,200	107,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	107,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	107,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	107,00	12,900	14,600	49,300	383,00
6 ЯБЛОКО 0,185	0,185	107,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,942		30,200	42,800	119,200	992,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250 11	0,250	107,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	107,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	107,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	107,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦАМИ 0,1	0,100	107,00	1,430	10,090	7,240	126,60
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	107,00	0,200		26,000	106,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	107,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	107,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	107,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	107,00				
Итого:	1,027		39,160	35,780	155,090	1141,200
Всего:	1,969		69,36	78,58	274,29	2133,80

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)