

Утверждаю
Директор

И.П. Попова



М Е Н Ю
от 16.09.2024

Категория проживающие с 12лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ КРУПКОЙ 0,250	0,250	28,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	28,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	28,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	28,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		22,840	23,460	94,200	681,900
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	28,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	28,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	29,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	29,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	29,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	29,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	29,00	6,000	6,800	29,200	202,00
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	29,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	29,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	29,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	29,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	29,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	29,00				
12 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	29,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,006		41,050	30,040	142,030	1012,660
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	29,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	29,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
УЖИН						
1 РЫБА СКУМБРИЯ ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	29,00	15,400	11,600		164,00
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,200 11	0,200	29,00	5,600	19,200	47,000	384,00
3 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	29,00	1,600	10,000	3,580	110,60
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	29,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	29,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	29,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,742		32,430	51,550	113,110	1069,100
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	29,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,223		120,83	122,05	453,84	3447,66

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор _____



И.П. Попова

МЕНЮ
от 16.09.2024

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ 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 СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	4,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	4,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		22,840	23,460	94,200	681,900
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	4,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	4,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	2,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	2,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	2,00	19,350	12,600		190,50
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	2,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	2,00	6,000	6,800	29,200	202,00
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	2,00	1,300	2,000	10,700	67,00
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				
12 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	2,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,061		56,520	41,220	142,030	1174,760
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	7,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,235		6,800	13,100	24,400	245,000
УЖИН						
1 РЫБА СКУМБРИЯ ОТВАРНАЯ 0,120	0,120	4,00	18,500	13,900		196,90
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,200 11	0,200	4,00	5,600	19,200	47,000	384,00
3 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	4,00	1,600	10,000	3,580	110,60
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:	0,762		35,530	53,850	113,110	1102,000
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:	3,233		128,50	137,23	431,14	3523,66

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.09.2024

Категория проживающие с 7-11 лет (г)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ 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 СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	12,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	12,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,560		18,810	19,260	69,450	530,400
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	14,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	14,00	0,600	0,400	32,600	140,00
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 СКУМБРИЯ ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	14,00	15,400	11,600		164,00
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,200 11	0,200	14,00	5,600	19,200	47,000	384,00
3 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,005	14,00	1,080	6,060	1,800	67,80
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:	0,687		30,210	46,970	102,830	974,500
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:	2,077		72,59	82,46	275,55	2172,68

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 16.09.2024



Категория Проживающие 1-4 кл. (7-1

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
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 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	16,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,15	0,150	16,00	4,500	5,100	21,900	151,50
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,060	0,060	16,00	0,078	6,060	5,590	56,10
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				
12 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	16,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	0,916		36,628	31,760	121,120	899,460
Всего:	0,916		36,62	31,76	121,12	899,46

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.09.2024

Категория приходящие с 12 лет и стар

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	106,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	106,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	106,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	106,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	106,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	106,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,830		24,980	31,900	127,500	904,200
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	106,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	106,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	106,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	106,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180 0,180	0,180	106,00	6,000	6,800	29,200	202,00
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	106,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	106,00	0,600	0,400	32,600	140,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	106,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	106,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	106,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	106,00				
12 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	106,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,000		41,090	30,390	146,740	1038,870
Всего:	1,830		66,07	62,29	274,24	1943,07

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.09.2024

Категория Приходящие 1-4 кл. (7-11

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	22,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	22,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	22,00	3,880	1,420		28,40
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	22,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,15	0,150	22,00	4,500	5,100	21,900	151,50
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,060	0,060	22,00	0,078	6,060	5,590	56,10
7 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	22,00	0,600	0,400	32,600	140,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	22,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	22,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	22,00				
12 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	22,00				
Итого:	0,910		36,668	32,110	125,830	925,670
Всего:	0,910		36,66	32,11	125,83	925,67

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.09.2024

Категория приходящие 7-11 лет (а)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	20,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	20,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ 0,200 6	0,200	20,00	2,500	1,370	26,900	129,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	20,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	20,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	20,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,775		20,950	27,700	102,750	752,700
Всего:	0,775		20,95	27,70	102,75	752,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю
Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 16.09.2024



Категория сироты приходящие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ОВСЯНОЙ КРУПКОЙ 0,250	0,250	11,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	11,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФ. НАПИТОК СО СГУЩ. МОЛ. 0,200	0,200	11,00	2,060	1,730	26,000	128,30
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	11,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	11,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТ. ИЗД. 0,035 (ВАФЛИ)	0,035	11,00	1,000	8,100	14,800	137,00
Итого:	0,830		24,540	32,260	126,600	903,500
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 ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	9,00	19,350	12,600		190,50
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	9,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	9,00	6,000	6,800	29,200	202,00
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	9,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	9,00	0,600	0,400	32,600	140,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	9,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	9,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
12 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	9,00	0,210	0,020	0,900	4,47
Итого:	1,055		56,560	41,570	146,740	1200,970
Всего:	1,885		81,10	73,83	273,34	2104,47

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____