

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

МЕНЮ
от 30.09.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	22,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	22,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	22,00	0,500	0,080	23,000	94,72
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	22,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,615		21,280	21,810	91,200	648,320
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	22,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	22,00	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	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 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	22,00	16,800	11,500	10,700	198,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	22,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	22,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	22,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	22,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	22,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	22,00				
10 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	22,00	1,300	2,000	10,700	67,00
Итого:	0,983		38,880	28,280	158,130	1053,190
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	22,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	22,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	22,00	16,000	0,900		73,00
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,200 11	0,200	22,00	5,600	19,200	47,000	384,00
3 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	22,00	1,400	4,900	6,000	76,00
4 ЧАЙ С САХАРОМ 0,200/0,015	0,200/0,015	22,00	0,200		14,000	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	22,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	22,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,755		32,750	28,500	115,800	877,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	22,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,148		107,52	98,19	503,13	3376,91

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 30.09.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 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 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	12,00	0,500	0,080	23,000	94,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	12,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,560		17,250	17,610	66,450	496,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	13,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	13,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	13,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	13,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	13,00	16,000	0,900		73,00
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,150	0,150	13,00	3,000	0,600	23,700	112,50
3 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,005	13,00	1,080	6,060	1,800	67,80
4 ЧАЙ С САХАРОМ 0,200/0,015	0,200/0,015	13,00	0,200		14,000	56,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	13,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	13,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	13,00				
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	13,00				
Итого:	0,642		28,130	10,420	79,800	545,900
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,150	0,150	13,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	1,967		59,05	46,86	283,02	1823,78

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 30.09.2024

Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 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 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	20,00	0,500	0,080	23,000	94,00
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 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	20,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,775		19,950	27,310	155,050	950,700
Всего:	0,775		19,95	27,31	155,05	950,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 30.09.2024

Категория сироты прожив.(7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	3,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	3,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	3,00	0,500	0,080	23,000	94,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	3,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		16,350	16,670	62,810	469,100
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
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	4,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	4,00	16,000	0,900		73,00
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 САХАРОМ 0,200/0,015	0,200/0,015	4,00	0,200		14,000	56,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	4,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	4,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	4,00				
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	4,00				
Итого:	0,727		31,250	32,960	104,880	860,200
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	4,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	2,002		61,01	68,46	304,79	2112,50

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

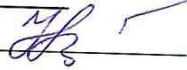
М Е Н Ю
от 30.09.2024

Категория Ф приход. (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	30,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	30,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПЕЧЕНЬ ТУШЕН. В СОУСЕ 0,050/0,050	0,050/0,050	30,00	13,500	9,200	8,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	30,00	6,600	5,370	38,300	228,58
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,060	0,060	30,00	0,078	6,060	5,590	56,10
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	30,00				
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	30,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	30,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,660		30,778	28,240	106,630	790,880
Всего:	0,660		30,77	28,24	106,63	790,88

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

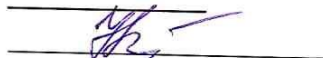
МЕНЮ
от 30.09.2024

Категория сироты приход. (7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	10,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	10,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	10,00	0,500	0,080	23,000	94,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	10,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	10,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	10,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,725		19,050	26,370	151,410	923,700
Всего:	0,725		19,05	26,37	151,41	923,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 30.09.2024

Категория приход.(12лет и стар)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	108,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	108,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	108,00	0,500	0,080	23,000	94,72
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	108,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	108,00				
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	108,00	0,700	0,700	17,600	84,60
7 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	108,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,780		16,650	23,080	154,750	897,820
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	108,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	108,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	108,00	16,800	11,500	10,700	198,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	108,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	108,00	1,300	2,000	10,700	67,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	108,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	108,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	108,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	108,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	108,00				
Итого:	0,983		38,880	28,280	158,130	1053,190
Всего:	1,763		55,53	51,36	312,88	1951,01

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 30.09.2024

Категория Фед. Прож. 7-11 лет

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250 11	0,250	17,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	17,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	17,00	16,800	11,500	10,700	198,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	17,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	17,00	1,300	2,000	10,700	67,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	17,00				
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	17,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	17,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,755		36,620	27,590	121,740	887,600
Всего:	0,755		36,62	27,59	121,74	887,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)