

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 07.10.2024

Категория прожив. ( 12лет и ст.)

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	23,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	23,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	23,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	23,00				
5 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	23,00	0,500	0,080	23,000	94,72
Итого:	0,565		13,950	13,380	66,150	443,220
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	24,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	24,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250	0,250	24,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	24,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	24,00	5,160	3,360		50,80
4 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	24,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	24,00	0,800	0,100	1,700	13,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	24,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	24,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	24,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	24,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	24,00				
Итого:	0,963		51,720	30,520	113,930	967,870
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	25,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗД. (ПРЯНИКИ) 0,025	0,025	25,00				
Итого:	0,200		5,800	5,000	9,600	108,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА М. ОТВАРНАЯ 0,120	0,120	25,00	21,400	0,960		94,80
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	25,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	25,00	1,800	0,100	9,800	48,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	25,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	25,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,752		36,950	5,360	103,800	637,200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	25,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,040		115,23	59,86	350,88	2476,29

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 07.10.2024

Категория сироты приход. (7 -11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	2,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	2,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0, 200 2	0,200	2,00	0,500	0,080	23,000	94,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	2,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	2,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНД.ИЗД. (ПРЯНИКИ) 0,015	0,015	2,00				
Итого:	0,690		17,180	17,510	80,950	557,700
Всего:	0,690		17,18	17,51	80,95	557,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 07.10.2024

Категория сироты прожив.(7 -11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	1,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	1,00	0,500	0,080	23,000	94,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	1,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		16,480	16,810	63,350	473,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗД. (ПРЯНИКИ) 0,015	0,015	1,00				
Итого:	0,200		5,800	5,000	9,600	108,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА М. ОТВАРНАЯ 0,075	0,075	1,00	13,400	0,600		59,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	1,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С РАСТИТ. МАСЛОМ	0,060/10	1,00	0,900	0,050	4,900	24,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	1,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,657		26,350	4,310	90,400	525,600
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,150	0,150	1,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	1,897		54,50	30,95	219,52	1410,48

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 07.10.2024

Категория сироты прож с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250	0,250	1,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	1,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	1,00	5,160	3,360		50,80
4 МАКАРОНИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	1,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	1,00	0,800	0,100	1,700	13,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	1,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	1,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	1,00				
Итого:	0,963		51,720	30,520	113,930	967,870
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗД. (ПРЯНИКИ) 0,025	0,025	1,00				
Итого:	0,200		5,800	5,000	9,600	108,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА М. ОТВАРНАЯ 0,120	0,120	1,00	21,400	0,960		94,80
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200	0,200	1,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	1,00	1,800	0,100	9,800	48,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	1,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,752		36,950	5,360	103,800	637,200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	1,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	2,475		101,28	46,48	284,73	2033,07

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 07.10.2024

Категория прожив.( 7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	9,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	9,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	9,00	0,500	0,080	23,000	94,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	9,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		16,480	16,810	63,350	473,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	11,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	11,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	11,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИЗД. (ПРЯНИКИ) 0,015	0,015	11,00				
Итого:	0,200		5,800	5,000	9,600	108,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА М. ОТВАРНАЯ 0,075	0,075	11,00	13,400	0,600		59,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,150	0,150	11,00	3,000	6,000	23,700	112,50
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С РАСТИТ. МАСЛОМ	0,060/10	11,00	0,900	0,050	4,900	24,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	11,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	11,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	11,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,607		25,350	9,510	82,500	488,100
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,150	0,150	11,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	1,847		53,50	36,15	211,62	1372,98

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 07.10.2024

Категория ф сироты (7-11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250	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 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,235	0,235	3,00	29,200	16,800	19,440	350,40
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	3,00	0,480	0,060	1,020	7,80
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	3,00				
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	3,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	3,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	3,00				
Итого:	0,667		45,440	27,830	74,600	756,200
Всего:	0,667		45,44	27,83	74,60	756,20

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 07.10.2024

Категория приходящие 12л и ст

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	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 КОНД.ИЗД. (ПРЯНИКИ) 0,025	0,025	108,00				
Итого:	0,745		14,650	14,080	83,750	527,820
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250	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 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	108,00	5,160	3,360		50,80
4 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	108,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	108,00	0,800	0,100	1,700	13,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	108,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	108,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	108,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	108,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	108,00				
Итого:	0,963		51,720	30,520	113,930	967,870
Всего:	1,708		66,37	44,60	197,68	1495,69

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 07.10.2024

Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250	0,250	31,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	31,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,235	0,235	31,00	29,200	16,800	19,440	350,40
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	31,00	0,480	0,060	1,020	7,80
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	31,00				
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	31,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	31,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	31,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	31,00				
10 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	31,00	5,160	3,360		50,80
Итого:	0,667		45,440	27,830	74,600	756,200
Всего:	0,667		45,44	27,83	74,60	756,20

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

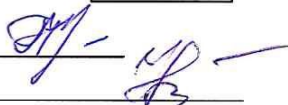
**М Е Н Ю**  
от 07.10.2024

Категория сироты прих с 12 и старше

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	10,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	10,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	10,00	0,500	0,080	23,000	94,72
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	10,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	10,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНД.ИЗД. (ПРЯНИКИ) 0,025	0,025	10,00				
<b>Итого:</b>	<b>0,795</b>		<b>21,980</b>	<b>22,510</b>	<b>108,800</b>	<b>732,920</b>
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250	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 (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	10,00	5,160	3,360		50,80
4 МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ 0,265	0,265	10,00	32,900	18,760	21,700	391,28
5 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	10,00	0,800	0,100	1,700	13,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	10,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	10,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	10,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	10,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	10,00				
<b>Итого:</b>	<b>0,963</b>		<b>51,720</b>	<b>30,520</b>	<b>113,930</b>	<b>967,870</b>
<b>Всего:</b>	<b>1,758</b>		<b>73,70</b>	<b>53,03</b>	<b>222,73</b>	<b>1700,79</b>

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю  
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 07.10.2024

Категория Приходящие ( 7-11 лет )

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 0,200	0,200	20,00	3,730	3,900	15,100	112,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	20,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	20,00	0,500	0,080	23,000	94,72
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 КОНДИЗД. (ПРЯНИКИ) 0,025	0,025	20,00				
Итого:	0,690		17,180	17,510	80,950	558,420
Всего:	0,690		17,18	17,51	80,95	558,42

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)