

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 10.10.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	25,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	25,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	25,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	25,00				
Итого:	0,475		34,120	21,300	77,550	717,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	25,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250	0,250	25,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	25,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	25,00	21,100	13,600		211,00
4 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200 11	0,200	25,00	4,000	0,800	31,600	150,00
5 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,100	0,100	25,00	1,300	0,100	4,900	26,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	25,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	25,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
Итого:	0,972		39,260	22,800	127,030	899,790
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	25,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 РОЖОК 0,05	0,05	25,00	8,400	5,600	56,800	312,00
Итого:	0,250		14,200	10,600	66,400	420,000
УЖИН						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	25,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180 0,180	0,180	25,00	6,000	6,800	29,200	202,00
3 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	25,00	1,100	0,200	3,800	24,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	25,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	25,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,665		35,650	23,100	122,800	875,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	25,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	2,722		129,13	83,00	418,98	3093,99

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 10.10.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	9,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	9,00	0,380	2,800	25,000	140,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	9,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,470		33,930	25,230	77,650	765,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	9,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	9,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 РОЖОК 0,05	0,05	9,00	8,400	5,600	56,800	312,00
Итого:	0,250		14,200	10,600	66,400	420,000
УЖИН						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	9,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,15	0,150	9,00	4,500	5,100	21,900	151,50
3 САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 0,100	0,100	9,00	0,720	10,080	3,000	103,60
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	9,00	0,600	0,400	32,600	140,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	9,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,565		27,620	29,040	82,900	719,700
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	9,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	1,615		80,76	69,30	250,85	2070,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 10.10.2024

Категория ф сироты (7-11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250	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 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075	0,075	2,00	10,550	6,800		105,50
4 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 0,150 11	0,150	2,00	3,000	0,600	23,700	112,50
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,060	0,060	2,00	0,660	0,120	2,280	14,40
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	2,00				
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	2,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	2,00				
Итого:	0,658		26,510	15,770	88,620	631,400
Всего:	0,658		26,51	15,77	88,62	631,40

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

М Е Н Ю
от 10.10.2024

И.П. Попова

Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	20,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	20,00	0,380	2,800	25,000	140,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	20,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	20,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,650		34,630	25,930	95,250	849,700
Всего:	0,650		34,63	25,93	95,25	849,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю
Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 10.10.2024

Категория приходящие 12л и ст

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	103,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	103,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	103,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	103,00				
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	103,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,655		34,820	22,000	95,150	801,600
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250	0,250	103,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	103,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	103,00	21,100	13,600		211,00
4 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200 11	0,200	103,00	4,000	0,800	31,600	150,00
5 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,060	0,060	103,00	1,860	0,120	3,900	24,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	103,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	103,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	103,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	206,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	103,00				
Итого:	0,932		39,820	22,820	126,030	897,790
Всего:	1,587		74,64	44,82	221,18	1699,39

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

М Е Н Ю
от 10.10.2024

И.П. Попова

Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250	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 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075	0,075	29,00	10,550	6,800		105,50
4 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 0,150 11	0,150	29,00	3,000	0,600	23,700	112,50
5 ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 0,060	0,060	29,00	1,860	0,120	3,900	24,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	29,00				
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	29,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	29,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	29,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	29,00				
Итого:	0,638		26,010	15,130	81,740	589,200
Всего:	0,638		26,01	15,13	81,74	589,20

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 10.10.2024

Категория сироты прож с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	1,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	1,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	1,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	1,00				
Итого:	0,475		34,120	21,300	77,550	717,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
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 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	1,00	21,100	13,600		211,00
4 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200 11	0,200	1,00	4,000	0,800	31,600	150,00
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	1,00	1,100	0,200	3,800	24,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	1,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
Итого:	0,972		39,060	22,900	125,930	897,790
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 РОЖОК 0,05	0,05	1,00	8,400	5,600	56,800	312,00
Итого:	0,250		14,200	10,600	66,400	420,000
УЖИН						
1 СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/50	1,00	18,400	12,200	8,400	221,00
2 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	1,00	6,000	6,800	29,200	202,00
3 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	1,00	1,100	0,200	3,800	24,00
4 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
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:	0,665		35,650	23,100	122,800	875,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	1,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	2,722		128,93	83,10	417,88	3091,99

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 10.10.2024

Категория сироты прих с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	9,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0, 200 4	0,200	9,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	9,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	9,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,705		42,150	30,430	120,200	1006,700
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250	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 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	9,00	21,100	13,600		211,00
4 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200 11	0,200	9,00	4,000	0,800	31,600	150,00
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	9,00	1,100	0,200	3,800	24,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	9,00	0,560	0,050	27,890	113,79
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:	0,972		39,060	22,900	125,930	897,790
Всего:	1,677		81,21	53,33	246,13	1904,49

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 10.10.2024

Категория сироты приход. (7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ВАРЕНИКИ ОТВ. ЛЕНИВЫЕ 0,200	0,200	2,00	26,400	14,200	27,700	421,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	2,00	0,380	2,800	25,000	140,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	2,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	2,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,650		34,630	25,930	95,250	849,700
Всего:	0,650		34,63	25,93	95,25	849,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)