

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 11.10.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

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	24,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	24,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	24,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	24,00	0,200		13,600	56,00
5 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	24,00	3,850	4,000	24,650	150,50
6 СЫР 0,015	0,015	24,00				
Итого:	0,707		20,450	31,500	76,950	675,500
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	24,00	1,600	0,360	14,600	77,50
Итого:	0,185		1,600	0,360	14,600	77,500
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250	0,250	24,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	24,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	24,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	24,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 0,100	0,100	24,00	0,720	10,080	3,000	103,60
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	24,00	0,200	0,200	27,200	110,00
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 0,0025	0,0025	24,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	24,00				
Итого:	1,027		38,450	35,970	152,050	1122,200
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	7,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 РОЖОК 0,05	0,05	7,00	8,400	5,600	56,800	312,00
Итого:	0,250		14,200	10,600	66,400	420,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050 250/50		6,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 0,200 0,200		6,00	8,000	11,200	38,800	288,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	6,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	6,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	6,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,810		28,150	27,500	137,100	837,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,200	0,200	6,00	5,800	5,000	8,000	106,00
Итого:	0,200		5,800	5,000	8,000	106,000
Всего:	3,179		108,65	110,93	455,10	3238,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 11.10.2024

Категория проходящие 12л и ст

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	94,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	94,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	94,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	94,00	0,200		13,600	56,00
5 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	94,00	3,850	4,000	24,650	150,50
6 СЫР 0,015	0,015	94,00				
7 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	94,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,887		21,150	32,200	94,550	760,100
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250	0,250	94,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	94,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	94,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	94,00	6,600	5,370	38,300	228,58
5 САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 0,060	0,060	94,00	0,460	3,650	1,430	40,38
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	94,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	94,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	94,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	94,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	94,00				
Итого:	0,957		36,870	28,430	142,580	1012,160
Всего:	1,844		58,02	60,63	237,13	1772,26

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 11.10.2024

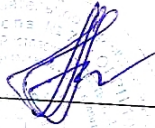
Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250	0,250	25,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	25,00	5,160	3,360		50,80
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075	0,075	25,00	10,550	6,800		105,50
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	25,00	6,600	5,370	38,300	228,58
5 ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 0,060	0,060	25,00	0,480	0,060	1,500	8,40
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	25,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	25,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	25,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	25,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	25,00				
Итого:	0,848		38,340	21,900	124,550	874,880
Всего:	0,848		38,34	21,90	124,55	874,88

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор



И.П. Попова

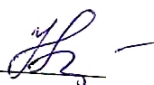
МЕНЮ
от 11.10.2024

Категория сироты прож с 12 и старше

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	1,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	1,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	1,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	1,00	0,200		13,600	56,00
5 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	1,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	0,757		27,780	39,930	102,000	880,600
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 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250	0,250	1,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	1,00	5,160	3,360		50,80
3 ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ 0,115/50	0,115/50	1,00	7,400	9,100	9,600	159,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	1,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 0,100	0,100	1,00	0,800	0,100	2,500	14,00
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	1,00	0,200	0,200	27,200	110,00
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:	1,027		38,530	25,990	151,550	1032,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 РОЖОК 0,100	0,100	1,00	8,400	5,600	56,800	312,00
Итого:	0,300		14,200	10,600	66,400	420,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050 250/50	0,250/0,050	1,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 0,200 0,200	0,200 0,200	1,00	8,000	11,200	38,800	288,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	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	1,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,254		114,87	109,22	481,85	3350,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 11.10.2024

Категория сироты прих с 12 и старше

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	9,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	9,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	9,00	1,900	8,900	7,700	119,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	9,00	0,200		13,600	56,00
5 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	9,00	11,180	12,430	49,700	355,60
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	9,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,937		28,480	40,630	119,600	965,200
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250	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 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,090	0,090	9,00	18,990	12,240		189,90
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	9,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	9,00	1,100	0,200	3,800	24,00
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	9,00	0,200	0,200	27,200	110,00
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:	0,952		50,420	29,230	143,250	1073,500
Всего:	1,889		78,90	69,86	262,85	2038,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 11.10.2024

Категория сироты приход. (7 -11лет)

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	2,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 пюре картоф. 0,150	0,150	2,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 икра кабачковая конс. с т.о 0,060	0,060	2,00	0,960	3,780	4,440	54,48
4 чай с лимоном 0,200/0,007/0,015	200/7/15	2,00	0,200		13,600	56,00
5 рожок,масло,сыр 50/10/10	0,070	2,00	7,150	8,230	24,950	204,10
6 фрукты (яблоко) 0,180	0,180	2,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,792		22,460	30,910	84,240	711,680
Всего:	0,792		22,46	30,91	84,24	711,68

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 11.10.2024

Категория ф сироты (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ФАСОЛЬЮ 0,250	0,250	2,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	2,00	5,160	3,360		50,80
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075	0,075	2,00	10,550	6,800		105,50
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	2,00	6,600	5,370	38,300	228,58
5 САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 0,060	0,060	2,00	0,460	3,650	1,430	40,38
6 КОМПЮТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	2,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	2,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	2,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	2,00				
Итого:	0,848		38,320	25,490	124,480	906,860
Всего:	0,848		38,32	25,49	124,48	906,86

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

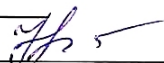
М Е Н Ю
от 11.10.2024

Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 0,105/0,005	0,105/0,005	20,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	20,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС. С Т.О 0,060	0,060	20,00	0,960	3,780	4,440	54,48
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	20,00	0,200		13,600	56,00
5 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	20,00	7,150	8,230	24,950	204,10
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	20,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,792		22,460	30,910	84,240	711,680
Всего:	0,792		22,46	30,91	84,24	711,68

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 11.10.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

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	9,00	10,300	17,000	1,600	200,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	9,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС. С Т.О 0,060	0,060	9,00	0,960	3,780	4,440	54,48
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	9,00	0,200		13,600	56,00
5 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	9,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,612		21,760	30,210	66,640	627,080
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИН) 0,216	0,216	9,00	0,900	0,200	8,100	43,00
Итого:	0,216		0,900	0,200	8,100	43,000
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 РОЖОК 0,100	0,100	2,00	8,400	5,600	56,800	312,00
Итого:	0,300		14,200	10,600	66,400	420,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ 0,250/0,050 250/50	0,250/0,050	1,00	10,000	12,400	16,900	121,00
2 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ЯБЛОКАМИ 0,200	0,200	1,00	7,120	10,000	36,500	264,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,790		25,570	25,660	126,300	761,600
ВТОРОЙ УЖИН						
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:	2,098		67,94	71,17	274,64	1947,08

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)