

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 17.10.2024

Категория сироты прож с 12 и старше

| Наименование | Выход | Кол-во | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------------------|----------|--------|--------------|-------------|-----------------|--------------------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150 | 0,150 | 2,00 | 26,400 | 6,300 | 21,300 | 252,00 |
| 2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050 | 0,050 | 2,00 | 1,000 | 2,600 | 3,600 | 42,00 |
| 3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4 | 0,200 | 2,00 | 3,870 | 3,100 | 25,200 | 145,50 |
| 4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15 | 0,125 | 2,00 | 11,180 | 12,430 | 49,700 | 355,60 |
| Итого: | 0,525 | | 42,450 | 24,430 | 99,800 | 795,100 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 | 0,200 | 2,00 | 0,600 | 0,400 | 32,600 | 140,00 |
| 2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 | 0,180 | 2,00 | 0,700 | 0,700 | 17,600 | 84,60 |
| Итого: | 0,380 | | 1,300 | 1,100 | 50,200 | 224,600 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 1 БОРЩ 0,250 | 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 ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50 | 100 / 50 | 2,00 | 5,500 | 7,100 | 9,600 | 125,00 |
| 4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180 | 0,180 | 2,00 | 3,700 | 5,200 | 27,500 | 172,80 |
| 5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,100 9 | 0,100 | 2,00 | 1,260 | 10,140 | 8,320 | 129,26 |
| 6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200 | 0,200 | 2,00 | 0,200 | | 26,000 | 106,00 |
| 7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 | 0,050 | 2,00 | 4,450 | 1,600 | 23,300 | 133,00 |
| 8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060 | 0,060 | 2,00 | 5,100 | 1,900 | 25,500 | 155,40 |
| 9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025 | 0,0025 | 2,00 | | | | |
| 10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025 | 0,0025 | 2,00 | | | | |
| Итого: | 1,002 | | 22,960 | 30,690 | 134,060 | 932,060 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200 | 0,200 | 2,00 | 5,800 | 5,000 | 9,600 | 108,00 |
| 2 РОЖОК 0,05 | 0,05 | 2,00 | 8,400 | 5,600 | 56,800 | 312,00 |
| Итого: | 0,250 | | 14,200 | 10,600 | 66,400 | 420,000 |
| УЖИН | | | | | | |
| 1 СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 0,077 (160) | 0,077 | 2,00 | 13,090 | 6,500 | | 111,60 |
| 2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,200 11 | 0,200 | 2,00 | 5,600 | 19,200 | 47,000 | 384,00 |
| 3 ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 0,100 | 0,100 | 2,00 | 2,400 | 9,400 | 15,400 | 156,00 |
| 4 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200 | 0,200 | 2,00 | 0,200 | 0,200 | 47,400 | 194,00 |
| 5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 | 0,050 | 2,00 | 4,450 | 1,600 | 23,300 | 133,00 |
| 6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060 | 0,060 | 2,00 | 5,100 | 1,900 | 25,500 | 155,40 |
| Итого: | 0,687 | | 30,840 | 38,800 | 158,600 | 1134,000 |
| ВТОРОЙ УЖИН | | | | | | |
| 1 РЯЖЕНКА 0,180 | 0,180 | 2,00 | 5,200 | 4,500 | 7,600 | 97,20 |
| Итого: | 0,180 | | 5,200 | 4,500 | 7,600 | 97,200 |
| Всего: | 3,024 | | 116,95 | 110,12 | 516,66 | 3602,96 |

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 17.10.2024

Категория сироты прожив.(7 -11лет)

| Наименование | Выход | Кол-во | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------------|--------|--------|--------------|-------------|-----------------|--------------------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150 | 0,150 | 2,00 | 26,400 | 6,300 | 21,300 | 252,00 |
| 2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050 | 0,050 | 2,00 | 1,000 | 2,600 | 3,600 | 42,00 |
| 3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2 | 0,2200 | 2,00 | 0,380 | 2,800 | 25,000 | 140,00 |
| 4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10 | 0,070 | 2,00 | 7,150 | 8,230 | 24,950 | 204,10 |
| Итого: | 0,470 | | 34,930 | 19,930 | 74,850 | 638,100 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 | 0,200 | 2,00 | 0,600 | 0,400 | 32,600 | 140,00 |
| 2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 | 0,180 | 2,00 | 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 | 2,00 | 5,800 | 5,000 | 9,600 | 108,00 |
| 2 РОЖОК 0,05 | 0,05 | 2,00 | 8,400 | 5,600 | 56,800 | 312,00 |
| Итого: | 0,250 | | 14,200 | 10,600 | 66,400 | 420,000 |
| УЖИН | | | | | | |
| 1 СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 0,077 (160) | 0,077 | 2,00 | 13,090 | 6,500 | | 111,60 |
| 2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,150 | 0,150 | 2,00 | 3,000 | 0,600 | 23,700 | 112,50 |
| 3 ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 0,100 | 0,100 | 2,00 | 2,400 | 9,400 | 15,400 | 156,00 |
| 4 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200 | 0,200 | 2,00 | 0,200 | 0,200 | 47,400 | 194,00 |
| 5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 | 0,040 | 2,00 | 3,400 | 1,260 | 17,000 | 103,60 |
| 6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 | 0,050 | 0,00 | 4,450 | 1,600 | 23,300 | 133,00 |
| Итого: | 0,617 | | 26,540 | 19,560 | 126,800 | 810,700 |
| ВТОРОЙ УЖИН | | | | | | |
| 1 РЯЖЕНКА 0,150 | 0,150 | 2,00 | 4,310 | 3,730 | 6,300 | 80,60 |
| Итого: | 0,150 | | 4,310 | 3,730 | 6,300 | 80,600 |
| Всего: | 1,867 | | 81,28 | 54,92 | 324,55 | 2174,00 |

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 17.10.2024

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 | 4,00 | 2,500 | 2,750 | 13,500 | 90,00 |
| 2 СМЕТАНА 0,010 | 0,010 | 4,00 | 0,250 | 2,000 | 0,340 | 20,60 |
| 3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075 (В 1 БЛ.) | 0,075 | 4,00 | 15,800 | 6,800 | | 158,25 |
| 4 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50 | 100 / 50 | 4,00 | 5,500 | 7,100 | 9,600 | 125,00 |
| 5 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150 | 0,150 | 4,00 | 3,150 | 4,350 | 22,950 | 144,00 |
| 6 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100 | 0,100 | 4,00 | 1,100 | 0,200 | 3,800 | 24,00 |
| 7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200 | 0,200 | 4,00 | 0,200 | | 26,000 | 106,00 |
| 8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 | 0,040 | 4,00 | 3,400 | 1,260 | 17,000 | 103,60 |
| 9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 | 0,050 | 4,00 | 4,450 | 1,600 | 23,300 | 133,00 |
| 10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015 | 0,0015 | 4,00 | | | | |
| 11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015 | 0,0015 | 4,00 | | | | |
| Итого: | 1,028 | | 36,350 | 26,060 | 116,490 | 904,450 |
| Всего: | 1,028 | | 36,35 | 26,06 | 116,49 | 904,45 |

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 17.10.2024

Категория сироты приход. (7 -11лет)

| Наименование | Выход | Кол-во | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------------|--------|--------|--------------|-------------|-----------------|--------------------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150 | 0,150 | 2,00 | 26,400 | 6,300 | 21,300 | 252,00 |
| 2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050 | 0,050 | 2,00 | 1,000 | 2,600 | 3,600 | 42,00 |
| 3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2 | 0,2200 | 2,00 | 0,380 | 2,800 | 25,000 | 140,00 |
| 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 |
| Итого: | 0,650 | | 35,630 | 20,630 | 92,450 | 722,700 |
| Всего: | 0,650 | | 35,63 | 20,63 | 92,45 | 722,70 |

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 17.10.2024

Категория сироты прих с 12 и старше

| Наименование | Выход | Кол-во | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|----------|--------|--------------|-------------|-----------------|--------------------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150 | 0,150 | 10,00 | 26,400 | 6,300 | 21,300 | 252,00 |
| 2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050 | 0,050 | 10,00 | 1,000 | 2,600 | 3,600 | 42,00 |
| 3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4 | 0,200 | 10,00 | 3,870 | 3,100 | 25,200 | 145,50 |
| 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 |
| Итого: | 0,705 | | 43,150 | 25,130 | 117,400 | 879,700 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 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 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075 (В 1 БЛ.) | 0,075 | 10,00 | 15,800 | 6,800 | | 158,25 |
| 4 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50 | 100 / 50 | 10,00 | 5,500 | 7,100 | 9,600 | 125,00 |
| 5 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0, 180 | 0,180 | 10,00 | 3,700 | 5,200 | 27,500 | 172,80 |
| 6 ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ 75 / 25 11 | 75 / 25 | 10,00 | 5,190 | 9,725 | 6,240 | 133,19 |
| 7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200 | 0,200 | 10,00 | 0,200 | | 26,000 | 106,00 |
| 8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060 | 0,060 | 10,00 | 5,100 | 1,900 | 25,500 | 155,40 |
| 9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 | 0,050 | 10,00 | 4,450 | 1,600 | 23,300 | 133,00 |
| 10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025 | 0,0025 | 10,00 | | | | |
| 11 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025 | 0,0025 | 10,00 | | | | |
| Итого: | 0,977 | | 42,690 | 37,075 | 131,980 | 1094,240 |
| Всего: | 1,682 | | 85,84 | 62,20 | 249,38 | 1973,94 |

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 17.10.2024

Категория Приходящие (7-11 лет)

| Наименование | Выход | Кол-во | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------------|--------|--------|--------------|-------------|-----------------|--------------------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150 | 0,150 | 19,00 | 26,400 | 6,300 | 21,300 | 252,00 |
| 2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050 | 0,050 | 19,00 | 1,000 | 2,600 | 3,600 | 42,00 |
| 3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2 | 0,2200 | 19,00 | 0,380 | 2,800 | 25,000 | 140,00 |
| 4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10 | 0,070 | 19,00 | 7,150 | 8,230 | 24,950 | 204,10 |
| 5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 | 0,180 | 19,00 | 0,700 | 0,700 | 17,600 | 84,60 |
| Итого: | 0,650 | | 35,630 | 20,630 | 92,450 | 722,700 |
| Всего: | 0,650 | | 35,63 | 20,63 | 92,45 | 722,70 |

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

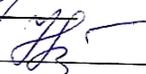
М Е Н Ю
от 17.10.2024

Категория приходящие 12л и ст

| Наименование | Выход | Кол-во | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------------------|----------|--------|--------------|-------------|-----------------|--------------------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150 | 0,150 | 102,00 | 26,400 | 6,300 | 21,300 | 252,00 |
| 2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050 | 0,050 | 102,00 | 1,000 | 2,600 | 3,600 | 42,00 |
| 3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4 | 0,200 | 102,00 | 3,870 | 3,100 | 25,200 | 145,50 |
| 4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10 | 0,060 | 102,00 | 3,850 | 4,000 | 24,650 | 150,50 |
| 5 СЫР 0,015 | 0,015 | 102,00 | | | | |
| 6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 | 0,180 | 102,00 | 0,700 | 0,700 | 17,600 | 84,60 |
| Итого: | 0,655 | | 35,820 | 16,700 | 92,350 | 674,600 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 1 БОРЩ 0,250 | 0,250 | 102,00 | 2,500 | 2,750 | 13,500 | 90,00 |
| 2 СМЕТАНА 0,010 | 0,010 | 102,00 | 0,250 | 2,000 | 0,340 | 20,60 |
| 3 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50 | 100 / 50 | 102,00 | 5,500 | 7,100 | 9,600 | 125,00 |
| 4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180 | 0,180 | 102,00 | 3,700 | 5,200 | 27,500 | 172,80 |
| 5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,100 9 | 0,100 | 102,00 | 1,260 | 10,140 | 8,320 | 129,26 |
| 6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200 | 0,200 | 102,00 | 0,200 | | 26,000 | 106,00 |
| 7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060 | 0,060 | 102,00 | 5,100 | 1,900 | 25,500 | 155,40 |
| 8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 | 0,050 | 102,00 | 4,450 | 1,600 | 23,300 | 133,00 |
| 9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025 | 0,0025 | 102,00 | | | | |
| 10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025 | 0,0025 | 102,00 | | | | |
| Итого: | 1,002 | | 22,960 | 30,690 | 134,060 | 932,060 |
| Всего: | 1,657 | | 58,78 | 47,39 | 226,41 | 1606,66 |

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

МЕНЮ
от 17.10.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

| Наименование | Выход | Кол-во | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|--------------|--------|---------------|---------------|-----------------|-----------------------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150 | 0,150 | 25,00 | 26,400 | 6,300 | 21,300 | 252,00 |
| 2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050 | 0,050 | 25,00 | 1,000 | 2,600 | 3,600 | 42,00 |
| 3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4 | 0,200 | 25,00 | 3,870 | 3,100 | 25,200 | 145,50 |
| 4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10 | 0,060 | 25,00 | 3,850 | 4,000 | 24,650 | 150,50 |
| 5 СЫР 0,015 | 0,015 | 25,00 | | | | |
| Итого: | 0,475 | | 35,120 | 16,000 | 74,750 | 590,000 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 | 0,200 | 25,00 | 0,600 | 0,400 | 32,600 | 140,00 |
| 2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 | 0,180 | 25,00 | 0,700 | 0,700 | 17,600 | 84,60 |
| Итого: | 0,380 | | 1,300 | 1,100 | 50,200 | 224,600 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 1 БОРЩ 0,250 | 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 ТУШ. В СОУСЕ 0,050/0,050 | 0,050/0,050 | 25,00 | 2,250 | 3,550 | 4,800 | 62,50 |
| 4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0, 180 | 0,180 | 25,00 | 3,700 | 5,200 | 27,500 | 172,80 |
| 5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,100 9 | 0,100 | 25,00 | 1,260 | 10,140 | 8,320 | 129,26 |
| 6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200 | 0,200 | 25,00 | 0,200 | | 26,000 | 106,00 |
| 7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060 | 0,060 | 25,00 | 5,100 | 1,900 | 25,500 | 155,40 |
| 8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 | 0,050 | 25,00 | 4,450 | 1,600 | 23,300 | 133,00 |
| 9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025 | 0,0025 | 25,00 | | | | |
| 10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025 | 0,0025 | 25,00 | | | | |
| Итого: | 0,852 | | 19,710 | 27,140 | 129,260 | 869,560 |
| 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 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100 | 0,100 | 25,00 | 6,000 | 3,700 | 8,000 | 90,00 |
| 2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,200 11 | 0,200 | 25,00 | 5,600 | 19,200 | 47,000 | 384,00 |
| 3 ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 0,100 | 0,100 | 25,00 | 2,400 | 9,400 | 15,400 | 156,00 |
| 4 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200 | 0,200 | 25,00 | 0,200 | 0,200 | 47,400 | 194,00 |
| 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: | 0,710 | | 23,750 | 36,000 | 166,600 | 1112,400 |
| 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: | 2,847 | | 99,28 | 95,34 | 494,81 | 3313,76 |

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 17.10.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

| Наименование | Выход | Кол-во | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Энергети- ческая цен- ность (ккал) |
|---------------------------------|--------|--------|--------------|-------------|-----------------|--|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150 | 0,150 | 13,00 | 26,400 | 6,300 | 21,300 | 252,00 |
| 2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050 | 0,050 | 13,00 | 1,000 | 2,600 | 3,600 | 42,00 |
| 3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2 | 0,2200 | 13,00 | 0,380 | 2,800 | 25,000 | 140,00 |
| 4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10 | 0,070 | 13,00 | 7,150 | 8,230 | 24,950 | 204,10 |
| Итого: | 0,470 | | 34,930 | 19,930 | 74,850 | 638,100 |
| 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 РОЖОК 0,05 | 0,05 | 13,00 | 8,400 | 5,600 | 56,800 | 312,00 |
| Итого: | 0,250 | | 14,200 | 10,600 | 66,400 | 420,000 |
| УЖИН | | | | | | |
| 1 РЫБА М. ЗАПЕЧЕННАЯ 0,075 | 0,075 | 13,00 | 4,500 | 2,700 | 6,000 | 67,50 |
| 2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,150 | 0,150 | 13,00 | 3,000 | 0,600 | 23,700 | 112,50 |
| 3 ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 0,100 | 0,100 | 13,00 | 2,400 | 9,400 | 15,400 | 156,00 |
| 4 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200 | 0,200 | 13,00 | 0,200 | 0,200 | 47,400 | 194,00 |
| 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 |
| Итого: | 0,615 | | 17,950 | 15,760 | 132,800 | 766,600 |
| ВТОРОЙ УЖИН | | | | | | |
| 1 РЯЖЕНКА 0,150 | 0,150 | 13,00 | 4,310 | 3,730 | 6,300 | 80,60 |
| Итого: | 0,150 | | 4,310 | 3,730 | 6,300 | 80,600 |
| Всего: | 1,865 | | 72,69 | 51,12 | 330,55 | 2129,90 |

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 17.10.2024

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 | 32,00 | 2,500 | 2,750 | 13,500 | 90,00 |
| 2 СМЕТАНА 0,010 | 0,010 | 32,00 | 0,250 | 2,000 | 0,340 | 20,60 |
| 3 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 0,050/0,050 | 0,050/0,050 | 32,00 | 2,250 | 3,550 | 4,800 | 62,50 |
| 4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150 | 0,150 | 32,00 | 3,150 | 4,350 | 22,950 | 144,00 |
| 5 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100 | 0,100 | 32,00 | 1,100 | 0,200 | 3,800 | 24,00 |
| 6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200 | 0,200 | 32,00 | 0,200 | | 26,000 | 106,00 |
| 7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 | 0,050 | 32,00 | 4,450 | 1,600 | 23,300 | 133,00 |
| 8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060 | 0,060 | 32,00 | 5,100 | 1,900 | 25,500 | 155,40 |
| 9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015 | 0,0015 | 32,00 | | | | |
| 10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015 | 0,0015 | 32,00 | | | | |
| Итого: | 0,823 | | 19,000 | 16,350 | 120,190 | 735,500 |
| Всего: | 0,823 | | 19,00 | 16,35 | 120,19 | 735,50 |

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)