

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 22.10.2024

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 0,050/10	0,060	2,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	2,00				
6 ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 0,100	0,100	2,00	2,400	9,400	15,400	156,00
Итого:	0,575		37,520	25,400	90,150	746,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	2,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	2,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 РЫБА ОТВАРНАЯ ГОРБУША 0,100	0,100	2,00				
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	2,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	2,00	1,100	0,200	3,800	24,00
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	2,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	2,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	2,00				
Итого:	0,982		21,750	9,210	124,250	687,400
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	2,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
УЖИН						
1 РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 0,250 /0,075	0,250/0,075	2,00	18,600	21,300	26,700	375,00
2 ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 0,100	0,100	2,00	2,400	9,400	15,400	156,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	2,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,735		31,150	34,600	123,500	959,400
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:	2,887		104,12	88,41	443,70	3052,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 22.10.2024

Категория сироты прих с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (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 0,050/10	0,060	10,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	10,00				
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	10,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,655		35,820	16,700	92,350	674,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	10,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 РЫБА ГОРБУША ОТВАРНАЯ 0,125	0,125	10,00	27,200	9,120		190,00
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	10,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,060	0,060	10,00	0,660	0,120	2,280	14,40
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	10,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	10,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	10,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
Итого:	0,967		48,510	18,250	122,730	867,800
Всего:	1,622		84,33	34,95	215,08	1542,40

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

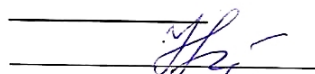
МЕНЮ
от 22.10.2024

Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	32,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050(М)	100/50	32,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	32,00	3,150	1,200	22,050	112,50
4 ПОМИДОР СВЕЖИЙ 0,100	0,100	32,00	1,100	0,200	3,800	24,00
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	32,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	32,00	3,400	1,260	17,000	103,60
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	32,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	32,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	32,00				
Итого:	0,963		37,200	21,670	119,600	622,000
Всего:	0,963		37,20	21,67	119,60	622,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

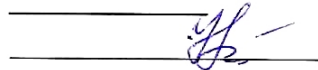
М Е Н Ю
от 22.10.2024

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	18,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	18,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	18,00	0,380	2,800	25,000	140,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	18,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	18,00	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

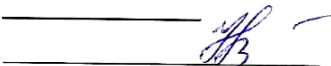
МЕНЮ
от 22.10.2024

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	103,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	103,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	103,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	103,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	103,00				
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	103,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,655		35,820	16,700	92,350	674,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	103,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050(М)	100/50	103,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	103,00	4,200	1,600	29,400	150,00
4 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	103,00	1,600	10,000	3,580	110,60
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	103,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	103,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	103,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	103,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	103,00				
10 СОУС ТОМАТНЫЙ 0,050 Д/Р	0,050	103,00	0,600	1,000	3,100	24,00
Итого:	1,082		41,050	33,510	138,330	821,900
Всего:	1,737		76,87	50,21	230,68	1496,50

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 22.10.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	14,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	14,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	14,00	0,380	2,800	25,000	140,00
4 ИКРА ИЗ БАКЛАЖАН 0,050	0,100	14,00	1,200	4,700	7,700	78,00
5 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	14,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,570		36,130	24,630	82,550	716,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	14,00	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	14,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	14,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
УЖИН						
1 РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 0,250/0,050 9	0,250/0,050	14,00	18,600	21,300	26,700	375,00
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	14,00	0,600	0,400	32,600	140,00
3 ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 0,100	0,100	14,00	2,400	9,400	15,400	156,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	14,00	4,450	1,600	23,300	133,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	14,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,690		29,450	33,960	115,000	907,600
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	14,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	1,825		78,39	77,02	302,05	2266,90

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

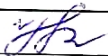
М Е Н Ю
от 22.10.2024

Категория ф сироты (7-11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	1,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050(М)	100/50	1,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	1,00	3,150	1,200	22,050	112,50
4 САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 0,060	0,060	1,00	0,460	3,650	1,430	40,38
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	1,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	1,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	1,00				
Итого:	0,923		36,560	25,120	117,230	638,380
Всего:	0,923		36,56	25,12	117,23	638,38

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

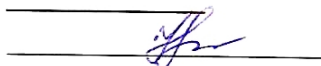
М Е Н Ю
от 22.10.2024

Категория сироты приход. (7 -11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	1,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	1,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	1,00	0,380	2,800	25,000	140,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	1,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 0,100	0,100	1,00	2,400	9,400	15,400	156,00
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,750		38,030	30,030	107,850	878,700
Всего:	0,750		38,03	30,03	107,85	878,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

М Е Н Ю
от 22.10.2024

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	24,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	24,00	1,000	2,600	3,600	42,00
3 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	24,00	3,870	3,100	25,200	145,50
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	24,00	11,180	12,430	49,700	355,60
5 ИКРА ИЗ БАКЛАЖАН 0,100	0,100	24,00	1,200	4,700	7,700	78,00
Итого:	0,625		43,650	29,130	107,500	873,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	24,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С КРУПОЙ И РЫБ. КОНС. 0,250/0,	0,270	24,00	6,700	3,910	16,250	119,00
2 ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 0,100/0,050(М)	100/50	24,00	18,200	13,500	11,200	23,90
3 СОУС ТОМАТНЫЙ 0,050 Д/Р	0,050	24,00	0,600	1,000	3,100	24,00
4 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	24,00	4,200	1,600	29,400	150,00
5 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	24,00	1,400	4,900	6,000	76,00
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	24,00	0,200		26,000	106,00
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:	1,092		40,850	28,410	140,750	787,300
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	24,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	24,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
УЖИН						
1 РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 0,250 /0,075	0,250/0,075	24,00	18,600	21,300	26,700	375,00
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	24,00	0,600	0,400	32,600	140,00
3 ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 0,100	0,100	24,00	2,400	9,400	15,400	156,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	24,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	24,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,735		31,150	34,600	123,500	959,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	24,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	3,047		129,35	111,34	477,55	3279,60

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

