

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 18.11.2024

Категория сироты прожив.(7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	2,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	2,00	0,500	0,080	23,000	94,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	2,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	2,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,510		16,350	16,670	62,810	469,100
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 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	2,00	11,900	6,400	37,500	256,00
3 МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 30	0,03	2,00				
Итого:	0,330		17,700	11,400	47,100	364,000
УЖИН						
1 РЫБА ГОРБУША ОТВАРНАЯ 0,125	0,125	2,00	27,200	9,120		190,00
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,150	0,150	2,00	3,000	0,600	23,700	112,50
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	2,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	2,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 0,060	0,060	2,00	1,380	4,080	7,020	71,40
Итого:	0,647		39,630	16,660	84,620	666,500
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,150	0,150	2,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	2,017		79,55	49,56	250,70	1803,38

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 18.11.2024

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	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 ПЕЧЕНЬ ТУШЕН. В СОУСЕ0,050/0,050	0,050/0,050	31,00	13,500	9,200	8,600	159,00
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,060	0,060	31,00	0,078	6,060	5,590	56,10
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 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	31,00	3,880	1,420		28,40
11 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	31,00	6,600	5,370	38,300	228,58
Итого:	0,682		34,658	29,660	106,630	819,280
Всего:	0,682		34,65	29,66	106,63	819,28

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 18.11.2024

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	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 ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	3,00	19,350	12,600		190,50
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	3,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	3,00	6,600	5,370	38,300	228,58
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,060	0,060	3,00	0,078	6,060	5,590	56,10
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	3,00				
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	3,00	3,400	1,260	17,000	103,60
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	3,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	3,00				
Итого:	0,763		53,428	43,140	108,730	1020,380
Всего:	0,763		53,42	43,14	108,73	1020,38

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 18.11.2024

Категория сироты прих с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	9,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	9,00	0,500	0,080	23,000	94,72
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	9,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	9,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	9,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 0,150	0,150	9,00	27,900	5,400	27,300	274,00
Итого:	0,945		49,880	27,910	136,100	1006,920
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 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	9,00	19,350	12,600		190,50
4 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,100	0,100	9,00	25,800	16,800		254,00
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	9,00	1,300	2,000	10,700	67,00
6 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	9,00	7,920	6,480	46,200	275,40
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	9,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	9,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
11 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	9,00	7,600	0,800	49,200	235,00
Итого:	1,077		70,380	45,380	173,330	1401,690
Всего:	2,022		120,26	73,29	309,43	2408,61

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 18.11.2024

Категория сироты приход. (7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	1,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	1,00	0,500	0,080	23,000	94,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	1,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,690		17,050	17,370	80,410	553,700
Всего:	0,690		17,05	17,37	80,41	553,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 18.11.2024

Категория сироты прож с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	2,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	2,00	0,500	0,080	23,000	94,72
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	2,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	2,00				
5 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	2,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,565		13,950	13,380	66,150	443,220
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 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ ПЕРВОГО БЛЮДА)	0,075	2,00	19,350	12,600		190,50
4 КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ 0,100	0,100	2,00	14,200	11,400	13,000	213,00
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	2,00	7,920	6,480	46,200	275,40
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	2,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	2,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	2,00	7,600	0,800	49,200	235,00
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	2,00				
11 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	2,00				
Итого:	1,077		58,780	39,980	186,330	1360,690
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,080	0,080	2,00	8,500	4,500	26,700	182,00
3 МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 30	0,03	2,00				
Итого:	0,310		14,300	9,500	36,300	290,000
УЖИН						
1 РЫБА ОТВАРНАЯ ГОРБУША 0,100	0,100	2,00				
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200 11	0,200	2,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	2,00	0,200		13,600	56,00
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
6 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 0,100	0,100	2,00	2,300	6,800	11,700	119,00
Итого:	0,732		16,050	11,100	105,700	613,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	2,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

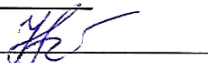
М Е Н Ю
от 18.11.2024

Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	17,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	17,00	0,500	0,080	23,000	94,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	17,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	17,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,690		17,050	17,370	80,410	553,700
Всего:	0,690		17,05	17,37	80,41	553,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 18.11.2024

Категория приходящие 12л и ст

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	116,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	116,00	0,500	0,080	23,000	94,72
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	116,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	116,00				
5 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	116,00	5,100	4,600	0,300	63,00
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	116,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,745		14,650	14,080	83,750	527,820
ОБЕД						
1 БОРИЩ 0,250	0,250	116,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	116,00	3,880	1,420		28,40
3 СМЕТАНА 0,010	0,010	116,00	0,250	2,000	0,340	20,60
4 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	116,00	16,800	11,500	10,700	198,00
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	116,00	7,920	6,480	46,200	275,40
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	116,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	116,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	116,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	116,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	116,00				
11 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	116,00	7,600	0,800	49,200	235,00
Итого:	1,047		45,910	28,900	184,030	1183,590
Всего:	1,792		60,56	42,98	267,78	1711,41

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова



М Е Н Ю
от 18.11.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	11,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	11,00	0,500	0,080	23,000	94,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	11,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	11,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,510		16,350	16,670	62,810	469,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	14,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	14,00	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	14,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	14,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,300		17,700	11,400	47,100	364,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	14,00	16,000	0,900		73,00
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,150	0,150	14,00	3,000	0,600	23,700	112,50
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	14,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	14,00	3,400	1,260	17,000	103,60
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	14,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 0,100	0,100	14,00	2,300	6,800	11,700	119,00
Итого:	0,682		29,350	11,160	89,300	597,100
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,150	0,150	14,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	2,022		69,27	44,06	255,38	1733,98

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю
от 18.11.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. РИСОВЫЙ 0,250	0,250	25,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	25,00	0,500	0,080	23,000	94,72
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				
5 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	25,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,565		13,950	13,380	66,150	443,220
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 ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 0,075/0,050	0,075/0,050	25,00	16,800	11,500	10,700	198,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	25,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	25,00	1,300	2,000	10,700	67,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	25,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	25,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
11 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	25,00	5,160	3,360		50,80
Итого:	1,047		47,190	30,840	184,030	1205,990
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	25,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	25,00	11,900	6,400	37,500	256,00
3 МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 30	0,03	25,00				
Итого:	0,330		17,700	11,400	47,100	364,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	25,00	16,000	0,900		73,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200 11	0,200	25,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	25,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	25,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 0,100	0,100	25,00	2,300	6,800	11,700	119,00
Итого:	0,752		32,050	12,000	105,700	686,400
ВТОРОЙ УЖИН						
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