

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 20.11.2024

Категория сироты прож с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	1,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	1,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	1,00	11,180	12,430	49,700	355,60
Итого:	250,387		16,480	17,030	63,600	474,600
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 МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	1,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	1,00	21,100	13,600		211,00
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	1,00	5,270	3,400		52,75
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	1,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,100	0,100	1,00	4,600	13,600	23,400	238,00
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 0,100	0,100	1,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
Итого:	1,017		51,050	42,400	188,640	1357,440
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ОЛАДЬИ 0,100	0,100	1,00	6,500	6,600	31,600	213,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	1,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	0,300		12,400	11,600	57,450	383,500
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	1,00	16,000	0,900		73,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	1,00	4,200	1,600	29,400	150,00
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
6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,100	0,100	1,00	4,000	3,300	9,200	75,00
Итого:	0,730		34,350	9,700	120,000	726,400
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:	252,794		120,49	85,93	454,49	3121,94

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 20.11.2024

Категория сироты приход. (7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	1,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	1,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	1,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	250,512		13,150	13,530	56,450	407,700
Всего:	250,512		13,15	13,53	56,45	407,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 20.11.2024

Категория сироты прих с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	10,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	10,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	10,00	0,200		13,600	56,00
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:	250,567		17,180	17,730	81,200	559,200
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	10,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	10,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	10,00	21,100	13,600		211,00
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	10,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,100	0,100	10,00	4,600	13,600	23,400	238,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	10,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	10,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	10,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
Итого:	1,017		51,050	42,400	188,640	1357,440
Всего:	251,584		68,23	60,13	269,84	1916,64

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 20.11.2024

Категория сироты прожив.(7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	2,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	2,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	2,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	2,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	250,332		12,450	12,830	38,850	323,100
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
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ОЛАДЬИ 0,080	0,080	2,00	5,200	5,280	25,280	170,00
3 ПОВИДЛЮ 0,025	0,025	2,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	0,280		11,100	10,280	51,130	340,500
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	2,00	16,200	0,800		79,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	2,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	2,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	2,00	3,400	1,260	17,000	103,60
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060	0,060	2,00	2,000	3,300	9,200	75,00
Итого:	0,600		29,800	8,560	104,150	643,100
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:	251,542		58,62	36,10	217,70	1470,48

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 20.11.2024

Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	29,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	29,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075	0,075	29,00	10,550	6,800		105,50
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0, 150	0,150	29,00	3,580	5,200	38,510	215,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,060	0,060	29,00	1,380	4,080	7,020	71,40
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 ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	29,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	29,00				
Итого:	0,653		31,130	25,090	102,080	773,750
Всего:	0,653		31,13	25,09	102,08	773,75

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 20.11.2024

Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	17,00				
2 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	17,00	0,200		13,600	56,00
3 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	17,00	5,100	4,600	0,300	63,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	17,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	17,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	250,512		13,150	13,530	56,450	407,700
Всего:	250,512		13,15	13,53	56,45	407,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 20.11.2024

Категория ф сироты (7-11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен- ность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	3,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	3,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075	0,075	3,00	10,550	6,800		105,50
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0, 150	0,150	3,00	3,580	5,200	38,510	215,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,060	0,060	3,00	1,380	4,080	7,020	71,40
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	3,00				
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	3,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	3,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	3,00				
Итого:	0,653		31,130	25,090	102,080	773,750
Всего:	0,653		31,13	25,09	102,08	773,75

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 20.11.2024

Категория приходящие 12л и ст

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	112,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	112,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	112,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	112,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	112,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 СЫР 0,015	0,015	112,00				
Итого:	250,517		9,850	9,300	56,150	354,100
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	112,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	112,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	112,00	21,100	13,600		211,00
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	112,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,100	0,100	112,00	4,600	13,600	23,400	238,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	112,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	112,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	112,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	112,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	112,00				
Итого:	1,017		51,050	42,400	188,640	1357,440
Всего:	251,534		60,90	51,70	244,79	1711,54

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 20.11.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	12,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	12,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	12,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	12,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	250,332		12,450	12,830	38,850	323,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	12,00	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	12,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ОЛАДЬИ 0,080	0,080	12,00	5,200	5,280	25,280	170,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	12,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	0,280		11,100	10,280	51,130	340,500
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ (ХЕК) 75	0,075	12,00	10,900	12,800		159,90
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	12,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	12,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	12,00	3,400	1,260	17,000	103,60
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	12,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060	0,060	12,00	2,000	3,300	9,200	75,00
Итого:	0,575		24,500	20,560	104,150	724,000
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,150	0,150	12,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	251,517		53,32	48,10	217,70	1551,38

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю.
от 20.11.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	25,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	25,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	25,00	0,200		13,600	56,00
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:	250,337		9,150	8,600	38,550	269,500
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 СУП КАРТ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	25,00	2,500	2,750	16,250	92,50
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	25,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	25,00	21,100	13,600		211,00
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	25,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,100	0,100	25,00	4,600	13,600	23,400	238,00
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				
Итого:	1,017		51,050	42,400	188,640	1357,440
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	24,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ОЛАДЬИ 0,100	0,100	24,00	6,500	6,600	31,600	213,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	24,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	0,300		12,400	11,600	57,450	383,500
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	24,00	16,000	0,900		73,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	24,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	24,00	0,600	0,400	32,600	140,00
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
6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,100	0,100	24,00	4,000	3,300	9,200	75,00
Итого:	0,730		34,350	9,700	120,000	726,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	24,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	252,744		113,16	77,50	429,44	2916,84

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)