

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 21.11.2024

Категория прожив. ( 12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	24,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	24,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	24,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	24,00				
5 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	24,00	1,000	2,600	3,600	42,00
<b>Итого:</b>	<b>0,475</b>		<b>35,120</b>	<b>16,000</b>	<b>74,750</b>	<b>590,000</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	24,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	24,00	0,600	0,400	32,600	140,00
<b>Итого:</b>	<b>0,380</b>		<b>1,300</b>	<b>1,100</b>	<b>50,200</b>	<b>224,600</b>
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250	0,250	24,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	24,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50	100 / 50	24,00	5,500	7,100	9,600	125,00
4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0, 180	0,180	24,00	3,700	5,200	27,500	172,80
5 ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ 75 / 50	75 / 25	24,00	5,190	9,725	6,240	133,19
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 0,100	0,100	24,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	24,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	24,00				
11 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	24,00	5,160	3,360		50,80
<b>Итого:</b>	<b>0,972</b>		<b>35,200</b>	<b>32,835</b>	<b>157,880</b>	<b>1088,790</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	24,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТ. ИЗД. 0,045 (ПРЯНИКИ)	0,045	24,00	2,200	0,300	35,000	178,00
<b>Итого:</b>	<b>0,245</b>		<b>8,000</b>	<b>5,300</b>	<b>44,600</b>	<b>286,000</b>
<b>УЖИН</b>						
1 ЖАРКОЕ ПО ДОМАШ.(СВИНИНА) 50/250	0,300	24,00	21,200	13,000	36,000	352,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	24,00	1,900	8,900	7,700	119,00
3 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200	0,200	24,00	0,200	0,200	47,400	194,00
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
<b>Итого:</b>	<b>0,710</b>		<b>32,850</b>	<b>25,600</b>	<b>139,900</b>	<b>953,400</b>
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	24,00	5,200	4,500	7,600	97,20
<b>Итого:</b>	<b>0,180</b>		<b>5,200</b>	<b>4,500</b>	<b>7,600</b>	<b>97,200</b>
<b>Всего:</b>	<b>2,962</b>		<b>117,67</b>	<b>85,33</b>	<b>474,93</b>	<b>3239,99</b>

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 21.11.2024

Категория ф сироты (7-11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
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 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	3,00	5,270	3,400		52,75
4 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50	100 / 50	3,00	5,500	7,100	9,600	125,00
5 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ( ГАРНИР ) 0,150	0,150	3,00	3,150	4,350	22,950	144,00
6 ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ 75 / 50	75 / 25	3,00	5,190	9,725	6,240	133,19
7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	3,00	0,200		26,000	106,00
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:	0,878		29,910	32,185	118,930	908,140
Всего:	0,878		29,91	32,18	118,93	908,14

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 21.11.2024

Категория сироты прих с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	10,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	10,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	10,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	10,00	0,700	0,700	17,600	84,60
5 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	10,00	2,000	9,000	71,000	370,00
6 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	10,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,740		45,150	34,130	188,400	1249,700
<b>ОБЕД</b>						
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 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	10,00	5,160	3,360		50,80
4 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 0,050/0,050	0,050/0,050	10,00	2,250	3,550	4,800	62,50
5 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	10,00	3,700	5,200	27,500	172,80
6 ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ 75 / 50	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 0,100	0,100	10,00	7,600	0,800	49,200	235,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	10,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	10,00				
Итого:	0,823		31,950	29,285	153,080	1026,290
Всего:	1,563		77,10	63,41	341,48	2275,99

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 21.11.2024

Категория сироты приход. (7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 0,200	0,200	1,00	8,000	11,200	38,800	288,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	1,00	0,380	2,800	25,000	140,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	1,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
5 КОНДИТЕР. ИЗД. (ПЕЧЕНЬЕ) 0,021	0,021	1,00				
6 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	1,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,721		17,230	25,530	109,950	758,700
Всего:	0,721		17,23	25,53	109,95	758,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 21.11.2024

Категория сироты прожив.(7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	2,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	2,00	0,380	2,800	25,000	140,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	2,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	2,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,470		34,930	19,930	74,850	638,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	2,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	2,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕР. ИЗД. (ПЕЧЕНЬЕ) 0,021	0,021	2,00				
Итого:	0,221		5,800	5,000	9,600	108,000
<b>УЖИН</b>						
1 ЖАРКОЕ ПО ДОМАШ.(СВИНИНА) 50/250	0,300	2,00	21,200	13,000	36,000	352,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС. С Т.О 0,060	0,060	2,00	0,960	3,780	4,440	54,48
3 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200	0,200	2,00	0,200	0,200	47,400	194,00
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
Итого:	0,650		30,210	19,840	128,140	837,080
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
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:	1,871		76,55	49,60	269,09	1888,38

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

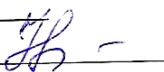
МЕНЮ  
от 21.11.2024

Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	18,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	18,00	0,380	2,800	25,000	140,00
3 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	18,00	0,700	0,700	17,600	84,60
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	18,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 КОНДИТЕР. ИЗД. (ПЕЧЕНЬЕ) 0,021	0,021	18,00				
Итого:	0,621		34,630	18,030	88,850	680,700
Всего:	0,621		34,63	18,03	88,85	680,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 21.11.2024

Категория прожив.( 7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	12,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	12,00	0,380	2,800	25,000	140,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	12,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	12,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,470		34,930	19,930	74,850	638,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	12,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	12,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	12,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНД.ИЗД. (ПРЯНИКИ ) 0,025	0,025	12,00				
Итого:	0,200		5,800	5,000	9,600	108,000
<b>УЖИН</b>						
1 ЖАРКОЕ ПО ДОМАШ.(СВИНИНА) 50/250	0,300	12,00	21,200	13,000	36,000	352,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС. ) С Т.О 0,100	0,100	12,00	1,900	8,900	7,700	119,00
3 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200	0,200	12,00	0,200	0,200	47,400	194,00
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
Итого:	0,690		31,150	24,960	131,400	901,600
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	12,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	1,890		77,49	54,72	272,35	1952,90

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

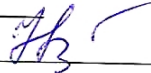
М Е Н Ю  
от 21.11.2024

Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250	0,250	30,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	30,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	30,00	5,160	3,360		50,80
4 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50	100 / 50	30,00	5,500	7,100	9,600	125,00
5 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150	0,150	30,00	3,150	4,350	22,950	144,00
6 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,075 3	0,075	30,00				
7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	30,00	0,200		26,000	106,00
8 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	30,00	3,400	1,260	17,000	103,60
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	30,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	30,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	30,00				
Итого:	0,948		24,610	22,420	112,690	773,000
Всего:	0,948		24,61	22,42	112,69	773,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)





Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 21.11.2024

Категория приходящие 12л и ст

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	111,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	111,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	111,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	111,00				
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	111,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНД.ИЗД. (ПРЯНИКИ) 0,025	0,025	111,00				
7 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	111,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,655		35,820	16,700	92,350	674,600
<b>ОБЕД</b>						
1 БОРЩ 0,250	0,250	111,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	111,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	111,00	5,160	3,360		50,80
4 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50	100 / 50	111,00	5,500	7,100	9,600	125,00
5 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	111,00	3,700	5,200	27,500	172,80
6 ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ 75 / 50	75 / 25	111,00	5,190	9,725	6,240	133,19
7 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	111,00	0,200		26,000	106,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	111,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	111,00	7,600	0,800	49,200	235,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	111,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	111,00				
Итого:	0,972		35,200	32,835	157,880	1088,790
Всего:	1,627		71,02	49,53	250,23	1763,39

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)