

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 22.11.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	26,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	26,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	26,00	0,500	0,080	23,000	94,72
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	26,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	26,00				
Итого:	0,565		14,950	13,380	67,650	453,220
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	26,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	26,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	25,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	25,00	13,750	15,000	50,800	396,00
3 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	0,100	25,00	1,600	10,000	3,580	110,60
4 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	25,00	0,560	0,050	27,890	113,79
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	25,00	7,600	0,800	49,200	235,00
7 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	25,00				
9 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	25,00	5,160	3,360		50,80
Итого:	1,007		41,270	34,360	174,220	1196,590
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	4,00	3,200	0,400	17,000	94,00
Итого:	0,225		9,000	5,400	26,600	202,000
УЖИН						
1 РЫБА М. ОТВАРНАЯ 0,120	0,120	4,00	21,400	0,960		94,80
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200 11	0,200	4,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,100	0,100	4,00	4,000	3,300	9,200	75,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	4,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	4,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,752		39,150	8,560	103,200	664,200
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	4,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	3,109		111,18	67,30	429,07	2836,01

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 22.11.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	12,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	12,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	12,00	0,500	0,080	23,000	94,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	12,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		16,350	16,670	62,810	469,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	12,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	12,00	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	5,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕР. ИЗД. 0,020 (СУХАРИ)	0,020	5,00				
Итого:	0,220		5,800	5,000	9,600	108,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	2,00	16,200	0,800		79,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 0,150 11	0,150	2,00	3,000	0,600	23,700	112,50
3 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060	0,060	2,00	2,000	3,300	9,200	75,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	2,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	2,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,622		29,250	7,560	86,800	559,100
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:	1,882		57,27	34,06	215,38	1439,98

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 22.11.2024

Категория приходящие 12л и ст

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	110,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	110,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	110,00	0,500	0,080	23,000	94,72
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	110,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	110,00				
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	110,00	0,700	0,700	17,600	84,60
7 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	110,00	3,200	0,400	17,000	94,00
Итого:	0,770		18,850	14,480	102,250	631,820
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	110,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	110,00	13,750	15,000	50,800	396,00
3 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	110,00	1,400	4,900	6,000	76,00
4 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	110,00	0,560	0,050	27,890	113,79
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	110,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	110,00	7,600	0,800	49,200	235,00
7 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	110,00				
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	110,00				
Итого:	0,997		35,910	25,900	176,640	1111,190
Всего:	1,767		54,76	40,38	278,89	1743,01

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 22.11.2024

Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	19,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	19,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	19,00	0,500	0,080	23,000	94,00
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
6 КОНДИТЕР. ИЗД. 0,020 (СУХАРИ)	0,020	19,00				
Итого:	0,710		17,050	17,370	80,410	553,700
Всего:	0,710		17,05	17,37	80,41	553,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 22.11.2024

Категория сироты прожив.(7 -11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	1,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	1,00	0,500	0,080	23,000	94,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	1,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		16,350	16,670	62,810	469,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
Всего:	0,890		17,65	17,77	113,01	693,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

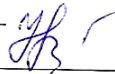
М Е Н Ю
от 22.11.2024

Категория сироты прих с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	10,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	10,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	10,00	0,500	0,080	23,000	94,72
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
6 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	10,00	3,200	0,400	17,000	94,00
Итого:	0,820		26,180	22,910	127,300	836,920
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	10,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	10,00	13,750	15,000	50,800	396,00
3 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	10,00	1,400	4,900	6,000	76,00
4 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	10,00	0,560	0,050	27,890	113,79
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	10,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	10,00	7,600	0,800	49,200	235,00
7 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	10,00				
Итого:	0,997		35,910	25,900	176,640	1111,190
Всего:	1,817		62,09	48,81	303,94	1948,11

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 22.11.2024

Категория сироты приход. (7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	1,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	1,00	0,500	0,080	23,000	94,00
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
6 КОНДИТЕР. ИЗД. 0,020 (СУХАРИ)	0,020	1,00				
Итого:	0,710		17,050	17,370	80,410	553,700
Всего:	0,710		17,05	17,37	80,41	553,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 22.11.2024

Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	32,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 250	0,250	32,00	19,200	12,200	41,180	376,05
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	5,00	5,160	3,360		50,80
4 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,005	32,00	1,080	6,060	1,800	67,80
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	32,00				
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	32,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	32,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	32,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	32,00				
Итого:	0,677		40,790	27,730	100,530	866,250
Всего:	0,677		40,79	27,73	100,53	866,25

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____