

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 02.12.2024

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 (СВИНИНА) 0,100	0,100	2,00	19,400	7,100	0,300	145,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	2,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	2,00	1,300	2,000	10,700	67,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	2,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	2,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	2,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	2,00				
Итого:	1,002		44,630	23,080	173,630	1102,190
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
Итого:	0,280		14,300	9,500	36,300	290,000
УЖИН						
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120	0,120	2,00	16,000	0,900		73,00
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 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	2,00	1,400	4,900	6,000	76,00
Итого:	0,762		31,150	10,100	100,000	643,400
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
Всего:	3,169		110,84	61,66	433,48	2798,81

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 02.12.2024

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	27,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	27,00	0,500	0,080	23,000	94,72
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	27,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	27,00				
5 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	27,00	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	27,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	27,00	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	27,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	27,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) 0,100	0,100	27,00	19,400	7,100	0,300	145,00
4 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	27,00	7,920	6,480	46,200	275,40
5 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	27,00	1,300	2,000	10,700	67,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	27,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	27,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	27,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	27,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	27,00				
11 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	27,00	5,160	3,360		50,80
12 СПЕЦИИ		1,00				
Итого:	1,022		49,790	26,440	173,630	1152,990
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	27,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	27,00	11,900	6,400	37,500	256,00
3 ИЗЮМ 0,020	0,02	27,00	0,200	0,050	6,500	28,00
Итого:	0,320		17,900	11,450	53,600	392,000
УЖИН						
1 РЫБА(ТРЕСКА) ПРИПУЩЕННАЯ(75)	75	27,00				
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200 11	0,200	27,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	27,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	27,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	27,00	7,600	0,800	49,200	235,00
6 САЛАТ ИЗ КВАШЕН. КАПУСТЫ 0,100/0,010	0,110	27,00	1,400	4,900	6,000	76,00
Итого:	75,692		18,300	8,400	125,900	672,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	27,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400

Утверждаю

/ Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 02.12.2024

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	10,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	10,00	0,500	0,080	23,000	94,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	10,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	10,00	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	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	12,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	12,00	11,900	6,400	37,500	256,00
3 ИЗЮМ 0,020	0,02	12,00	0,200	0,050	6,500	28,00
Итого:	0,320		17,900	11,450	53,600	392,000
УЖИН						
1 РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ (ХЕК) 75	0,075	12,00	10,900	12,800		159,90
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 0,150 11	0,150	12,00	3,000	0,600	23,700	112,50
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	12,00	0,200		13,600	56,00
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 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,005	12,00	1,080	6,060	1,800	67,80
Итого:	0,602		23,030	22,320	79,400	632,800
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:	1,962		63,15	55,27	251,98	1797,68

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

И.П. Попова
М.И. Сидорова

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю
/ Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 02.12.2024


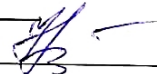


Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 0,200	0,200	20,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	20,00	0,500	0,080	23,000	94,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	20,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	20,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	20,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,080	0,080	20,00	8,500	4,500	26,700	182,00
Итого:	0,770		25,550	21,870	107,110	735,700
Всего:	0,770		25,55	21,87	107,11	735,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
Директор  И.П. Попова

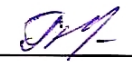
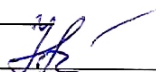
МЕНЮ
от 02.12.2024

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	107,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	107,00	0,500	0,080	23,000	94,72
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	107,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	107,00				
5 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	107,00	5,100	4,600	0,300	63,00
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	107,00	0,700	0,700	17,600	84,60
7 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	107,00	11,900	6,400	37,500	256,00
8 ИЗЮМ 0,020	0,02	107,00	0,200	0,050	6,500	28,00
Итого:	0,865		26,750	20,530	127,750	811,820
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250	0,250	107,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	107,00	5,160	3,360		50,80
3 СМЕТАНА 0,010	0,010	107,00	0,250	2,000	0,340	20,60
4 МЯСО ТУШЕНОЕ (СВИНИНА) 0,075	0,075/0,025	107,00	25,700	15,010	8,100	269,77
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	107,00	7,920	6,480	46,200	275,40
6 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	107,00	1,300	2,000	10,700	67,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	107,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	107,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	107,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	107,00				
11 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	107,00	7,600	0,800	49,200	235,00
Итого:	1,022		56,090	34,350	181,430	1277,760
Всего:	1,887		82,84	54,88	309,18	2089,58

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 02.12.2024

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	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
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
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	1,00	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	1,00	16,000	0,900		73,00
2 КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 0,150	0,150	1,00	3,000	0,600	23,700	112,50
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	1,00	0,200		13,600	56,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С	0,060/0,005	1,00	1,080	6,060	1,800	67,80
Итого:	0,647		28,130	10,420	79,400	545,900
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,150	0,150	1,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	1,987		68,05	43,32	245,48	1682,78

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 02.12.2024

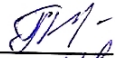
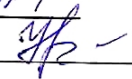


Категория сироты приход. (7 -11лет)

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
6 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,080	0,080	1,00	8,500	4,500	26,700	182,00
Итого:	0,770		25,550	21,870	107,110	735,700
Всего:	0,770		25,55	21,87	107,11	735,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 02.12.2024

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	34,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	34,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	34,00	5,160	3,360		50,80
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,060	0,060	34,00	0,078	6,060	5,590	56,10
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	34,00				
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	34,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	34,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	34,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	34,00				
10 МЯСО ТУШЕНОЕ (СВИНИНА) 0,075	0,075/0,025	34,00	25,700	15,010	8,100	269,77
11 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,150	34,00	6,600	5,370	38,300	228,58
Итого:	0,682		48,138	37,410	106,130	952,450
Всего:	0,682		48,13	37,41	106,13	952,45

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

И.П. Попова
М.И. Сидорова

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

МЕНЮ
от 02.12.2024

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	8,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	8,00	0,500	0,080	23,000	94,72
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	8,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	8,00	5,100	4,600	0,300	63,00
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	8,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 0,100	0,100	8,00	11,900	6,400	37,500	256,00
Итого:	0,895		33,880	28,910	146,300	988,920
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250	0,250	8,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	8,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ТУШЕНОЕ (СВИНИНА) 0,075	0,075/0,025	8,00	25,700	15,010	8,100	269,77
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	8,00	1,300	2,000	10,700	67,00
5 КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	0,180	8,00	7,920	6,480	46,200	275,40
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	8,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	8,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	8,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	8,00				
Итого:	0,882		41,630	29,550	123,730	940,160
Всего:	1,777		75,51	58,46	270,03	1929,08

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____