

Утверждаю

Директор _____

И.П. Попова

МЕНЮ
от 04.12.2024

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	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 0,050/10	0,060	2,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 СЫР 0,015	0,015	2,00				
Итого:	250,337		9,150	8,600	38,550	269,500
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
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	2,00	5,750	3,900	42,000	193,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	2,00	21,100	13,600		211,00
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	2,00	5,270	3,400		52,75
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	2,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,100	0,100	2,00	4,600	13,600	23,400	238,00
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 КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	2,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	2,00				
Итого:	1,017		54,300	43,550	214,390	1457,940
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ОЛАДЬИ 0,100	0,100	2,00	6,500	6,600	31,600	213,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	2,00	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	2,00	16,000	0,900		73,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	2,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	2,00	0,600	0,400	32,600	140,00
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 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	2,00	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:	252,744		116,41	78,65	455,19	3017,34

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 04.12.2024

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
6 ОЛАДЬИ 0,080	0,080	1,00	5,200	5,280	25,280	170,00
7 ПОВИДЛО 0,025	0,025	1,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	250,592		18,450	18,810	97,980	640,200
Всего:	250,592		18,45	18,81	97,98	640,20

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

/Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 04.12.2024

Категория сироты прих 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	9,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	9,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	9,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	9,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	9,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 СЫР 0,015	0,015	9,00				
7 ОЛАДЬИ 0,100	0,100	9,00	6,500	6,600	31,600	213,00
8 ПОВИДЛО 0,025	0,025	9,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	250,617		16,450	15,900	104,000	629,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	9,00	5,750	3,900	42,000	193,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	9,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	9,00	21,100	13,600		211,00
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	9,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,100	0,100	9,00	4,600	13,600	23,400	238,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	9,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	9,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	9,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	9,00				
Итого:	1,017		54,300	43,550	214,390	1457,940
Всего:	251,634		70,75	59,45	318,39	2087,54

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 04.12.2024

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	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
Итого:	250,332		12,450	12,830	38,850	323,100
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
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ОЛАДЬИ 0,080	0,080	1,00	5,200	5,280	25,280	170,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	1,00	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	1,00	16,200	0,800		79,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	1,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060	0,060	1,00	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

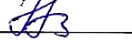
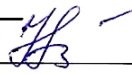
М Е Н Ю
от 04.12.2024

Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	18,00				
2 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	18,00	0,200		13,600	56,00
3 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	18,00	5,100	4,600	0,300	63,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	18,00	7,150	8,230	24,950	204,10
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	18,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 ОЛАДЬИ 0,080	0,080	18,00	5,200	5,280	25,280	170,00
7 ПОВИДЛЮ 0,025	0,025	18,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	250,592		18,450	18,810	97,980	640,200
Всего:	250,592		18,45	18,81	97,98	640,20

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____



Утверждаю

/Директор

И.П. Попова

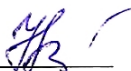
М Е Н Ю
от 04.12.2024

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	104,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	104,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	104,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	104,00	3,850	4,000	24,650	150,50
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	104,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 СЫР 0,015	0,015	104,00				
7 ОЛАДЬИ 0,100	0,100	104,00	6,500	6,600	31,600	213,00
8 ПОВИДЛО 0,025	0,025	104,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	250,617		16,450	15,900	104,000	629,600
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	104,00	5,750	3,900	42,000	193,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	104,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	104,00	21,100	13,600		211,00
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180	0,180	104,00	4,320	6,300	46,400	259,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,100	0,100	104,00	4,600	13,600	23,400	238,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	104,00	0,560	0,050	27,890	113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	104,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	104,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	104,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	104,00				
Итого:	1,017		54,300	43,550	214,390	1457,940
Всего:	251,634		70,75	59,45	318,39	2087,54

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 04.12.2024

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	13,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	13,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	13,00	0,200		13,600	56,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	13,00	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	13,00	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	13,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ОЛАДЬИ 0,080	0,080	13,00	5,200	5,280	25,280	170,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	13,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	0,280		11,100	10,280	51,130	340,500
УЖИН						
1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100	0,100	13,00	6,000	3,700	8,000	90,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,150	13,00	3,150	1,200	22,050	112,50
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	13,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	13,00	3,400	1,260	17,000	103,60
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	13,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060	0,060	13,00	2,000	3,300	9,200	75,00
Итого:	0,600		19,600	11,460	112,150	654,100
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,150	0,150	13,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	251,542		48,42	39,00	225,70	1481,48

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю
/Директор _____ И.П. Попова

МЕНЮ
от 04.12.2024

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 ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	25,00	5,750	3,900	42,000	193,00
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		54,300	43,550	214,390	1457,940
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	25,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 ОЛАДЬИ 0,100	0,100	25,00	6,500	6,600	31,600	213,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	25,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	0,300		12,400	11,600	57,450	383,500
УЖИН						
1 РЫБА М. ЗАПЕЧЕННАЯ 0, 120	0,120	25,00	7,200	4,400	9,600	108,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	25,00	4,200	1,600	29,400	150,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	25,00	0,600	0,400	32,600	140,00
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 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	25,00	4,000	3,300	9,200	75,00
Итого:	0,730		25,550	13,200	129,600	761,400
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
Всего:	252,744		107,61	82,15	464,79	3052,34

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

Утверждаю
/ Директор _____

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 04.12.2024

Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ОБЕД						
1 СУП КАРТ. С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250	0,250	33,00	5,750	3,900	42,000	193,00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025	0,025	33,00	5,270	3,400		52,75
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075	0,075	33,00	10,550	6,800		105,50
4 РИС ПРИПУЦ. (ГАРНИР) 0, 150	0,150	33,00	3,580	5,200	38,510	215,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,060	0,060	33,00	1,380	4,080	7,020	71,40
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	33,00				
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	33,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	33,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	33,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	33,00				
Итого:	0,653		34,380	26,240	127,830	874,250
Всего:	0,653		34,38	26,24	127,83	874,25

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____