Утверждаю

/Директор

_И.П. Попова

МЕНЮ от 04.12.2024

Категория сироты прож с 12 и старше)I U4	.12.2024		1000			
Наименование			Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК							\-/	
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИ	ДКАЯ 250	0 25	0	2,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040			040	2,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	5		0/7/15	2,00	0,200		13,600	,
4 РОЖОК МАСЛО 0,050/10		0,0	060	2,00	3,850		-	- 0,00
5 СЫР 0,015			015	2,00	.,	.,,,,,	21,050	130,30
	Итого:		0,337	,	9,150	8,600	38,550	269,500
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							,	200,000
_ 1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180		0,1	180	2,00	0,700	0,700	17 600	84,60
	Итого:		0,180	2,00	0,700	0,700		84,600
ОБЕД						.,	,,,,,,,,,	0.,000
1 СУП КАРТ. С ДОМАШНЕЙ ЛАПШО	ОЙ 0.250	0,2	250	2,00	5,750	3,900	42,000	102.00
2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,100	,	0,1		2,00	21,100	13,600	,	1,0,00
3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025		0,0		2,00	5,270	3,400		211,00
4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0,180		0,1		2,00	4,320	6,300		52,75 259,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,100		0,1		2,00	4,600	13,600	•	238,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,3	200	0,2		2,00	0,560	0,050		
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060		0,0		2,00	5,100	1,900	,	113,79
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100		0,1		2,00	7,600	0,800	49,200	155,40
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025		0,0		2,00	7,000	0,000	77,200	235,00
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025		0,0		2,00				
	Итого:		,017	2,00	54,300	43,550	214,390	1457,940
полдник					,		21,,570	1137,540
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200		0,20	20	2,00	5,800	5,000	0.600	
2 ОЛАДЬИ 0,100		0,10		2,00	6,500	6,600		108,00
3 ПОВИДЛО 0,025		0,02		2,00	0,100	0,000	16,250	213,00
	Итого:		,300	2,00	12,400	11,600	57,450	383,500
УЖИН					,	11,000	37,130	303,300
1 РЫБА НАВАГА ЗАПЕЧЕННАЯ 0,120		0,12	20	2,00	16,000	0,900		72 00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200		0,12		2,00 2,00	4,200		20.400	73,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200		0,20		2,00 2,00	0,600	1,600 0,400		150,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060		0,06		2,00 2,00	5,100	1,900		140,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050		0,00		2,00 2,00	4,450	1,600		155,40
6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100		0,10		2,00 2,00	4,430	3,300		133,00
	Итого:		730	2,00	34,350	9,700	120,000	75,00 726,400
ВТОРОЙ УЖИН					,	>,,,,,,,	120,000	720,400
1 КЕФИР 0,180		0,18	0 1	1,00	5,510	4,500	7,200	05.40
	Итого:		180	.,00	5,510	4,500	7,200	95,400
	Bcero:	2	252,744	Г	116,41	78,65		3017,34
	L		,	L	, 11	, 0,00	7,17	7017,34

шеф-повар

ГКОУ РО Азовская школа №7

Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ от 04.12.2024

Категория сироты приход. (7 -11лет)

Наименование	Выход	98 Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (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	,
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		
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
Bcero:	250,592		18,45	18,81	97,98	640,20

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

The C

Утверждаю

/Директор_

И.П. Попова

МЕНЮ от 04.12.2024

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	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		. ,
8 ПОВИДЛО 0,025	0,025	9,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	250,617		16,450	15,90	0 104,000	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
Bcero:	251,634		70,75	59,45	318,39	2087,54

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

The -

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)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250		1,00	7.100	4.600	0.200	
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100			,-
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			
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		25,280	170,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,025	1,00	0,100)	16,250	
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		
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600			140,00
4 хлеб бородинский 0,040	0,040	1,00	3,400		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

Утверждаю

/Директор ___

_И.П. Попова

МЕНЮ 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	V. 200	مستوانی میکند. مستوانیمیوی ایران				
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	
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 ОЛАДЪИ 0,080	0,080	18,00	5,200	5,280	25,280	170,00
7 ПОВИДЛО 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	10 -					

Утверждаю

/Директор

И.П. Попова

МЕНЮ от 04.12.2024

Категория приходящие 12л и ст

Категория приходящие 12л и ст	N	004010-01 10 00			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
	The state of the s	1208000 V	_			Энергети-
Наименование	Выход	Кол-во	Белки	Жиры	Углеводы	ческая цен-
			(L)	(r)	(r)	ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	104,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	104,00	5,100	4,600		,
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	104,00	0,200		13,600	,
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		,
8 ПОВИДЛО 0,025	0,025	104,00	0,100		16,250	62,50
Итого:	250,617		16,450	15,90	0 104,000	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	0 214,390	1457,940
Bcero:	251,634		70,75	59,45	318,39	2087,54

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Hb.

Утверждаю /Директор _

Jaces И.П. Попова

МЕНЮ от 04.12.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

Наименование Выхол (котью) Котью (котью) Бейки (к) Жиры (к) Уттемоды (к) ческ доступнь в выстременноступноступнь в выстременноступноступноступнь в выстременноступ	категория прожив.(7-11 лет)		45	of Thermore				
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250 250 13,00 4,600 0,300 63,0 2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040 0,040 13,00 5,100 4,600 0,300 63,0 3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015 2007/15 13,00 0,200 13,600 56,0 4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10 0,070 13,00 7,150 8,230 24,950 204,950 Итого: 250,332 12,450 12,830 38,850 3 ВТОРОЙ ЗАВТРАК 1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 0,180 13,00 0,700 0,700 17,600 84,6 Итого: 0,180 0,180 13,00 0,700 0,700 17,600 84,6 ПОЛДНИК 1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200 0,200 13,00 5,800 5,000 9,600 108,2 2 ОЛАДЬИ 0,080 0,080 13,00 5,200 5,280 25,280 170,0 УЖИН 1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100 0,100 13,00 6,000 3,700 8,000 90,0 2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150 0,150 13,00	Наименование		Выход			- 1		Энергети- ческая цен ность (ккал
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040 0,040 13,00 5,100 4,600 0,300 63,0 3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015 200/7/15 13,00 0,200 13,600 56,0 4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10 0,070 13,00 7,150 8,230 24,950 204, ВТОРОЙ ЗАВТРАК 1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 0,180 13,00 0,700 0,700 17,600 84,6 Итого: 0,180 13,00 0,700 0,700 17,600 84,6 ПОЛДНИК 1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200 0,200 13,00 5,800 5,000 9,600 108,2 2 ОЛАДЬИ 0,080 0,080 13,00 5,200 5,280 25,280 170,0 3 ПОВИДЛО 0,025 0,025 13,00 0,100 16,250 62,5 УЖИН 1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100 0,100 13,00 3,150 1,200 22,050 112,0 3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200 13,00 3,600 0,400 32,300 130,0 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400	ЗАВТРАК				-			
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015 200/7/15 13,00 0,200 13,600 56,0 4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10 0,070 13,00 7,150 8,230 24,950 204,950 ВТОРОЙ ЗАВТРАК Итого: 0,180 0,180 13,00 0,700 0,700 17,600 84,6 ПОЛДНИК 1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200 0,200 13,00 5,800 5,000 9,600 108,2 2 ОЛАДЬИ 0,080 0,080 13,00 5,200 5,280 25,280 170,3 3 ПОВИДЛО 0,025 0,025 13,00 0,100 16,250 62,5 УЖИН 1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100 0,100 13,00 6,000 3,700 8,000 90,0 2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150 0,150 13,00 3,150 1,200 22,050 112,0 3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200 13,00 3,600 9,400 32,600 140,0 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400 1,260 17,000 103,5 5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050 13,00 <t< td=""><td>1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</td><td>250 2</td><td>50</td><td>13,00</td><td></td><td></td><td></td><td></td></t<>	1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250 2	50	13,00				
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/100,07013,007,1508,23024,950204Итого:250,33212,45012,83038,85033ВТОРОЙ ЗАВТРАК1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,1800,18013,000,7000,70017,60084,6Итого:0,18013,000,7000,70017,60084,6ПОЛДНИК0,00013,005,8005,0009,600108,22 ОЛАДЬИ 0,0800,08013,005,2005,28025,280170,33 ПОВИДЛО 0,0250,02513,000,10016,25062,5Итого:0,28013,006,0003,7008,00090,02 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,1500,15013,006,0003,7008,00090,03 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,2000,20013,000,6000,40032,600140,44 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,0400,04013,003,4001,26017,000103,55 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,0500,05013,004,4501,60023,300133,66 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,0600,06013,002,0003,3009,20075,0ВТОРОЙ УЖИН1 КЕФИР 0,1500,15013,004,5703,7305,97079,1	2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,	,040	13,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого: 250,332 12,450 12,830 38,850 32 ВТОРОЙ ЗАВТРАК 1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 0,180 13,00 0,700 0,700 17,600 84,6 ПОЛДНИК 1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200 0,200 13,00 5,800 5,000 9,600 108,20 2 ОЛАДЬИ 0,080 0,080 13,00 5,200 5,280 25,280 170,3 3 ПОВИДЛО 0,025 0,025 13,00 0,100 16,250 62,5 Итого: 0,280 11,100 10,280 51,130 3 УЖИН 1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100 0,100 13,00 6,000 3,700 8,000 90,0 2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150 0,150 13,00 3,150 1,200 22,050 112,2 3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200 13,00 3,400 1,260 21,500 140, 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400 1,260 17,000 103, 5 ХЛЕБ ПШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300	3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	20	00/7/15	13,00	0,200		13,600	56,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК 1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 0,180 13,00 0,700 0,700 17,600 84,6 Итого: 0,180 0,000 0,700 0,700 17,600 84,6 ПОЛДНИК 1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200 0,200 13,00 5,800 5,000 9,600 108, 2 ОЛАДЬИ 0,080 0,080 13,00 5,200 5,280 25,280 170, 3 ПОВИДЛО 0,025 0,025 13,00 0,100 16,250 62,5 Итого: 0,280 11,100 10,280 51,130 34 УЖИН 1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100 0,100 13,00 6,000 3,700 8,000 90,0 2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150 0,150 13,00 3,150 1,200 22,050 112, 3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200 13,00 0,600 0,400 32,600 140, 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400 1,260 17,000 103, 5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050 13,00 4,450 1,600 23,300 133, 6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300 9,200 75,0 ИТОГО: 0,600 13,00 4,570 3,730 5,970 79,10	4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,	,070	13,00	7,150	8,230	24,950	204,10
П ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 0,180 13,00 0,700 0,700 17,600 84,60 ПОЛДНИК ПОЛДНИК 1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200 0,200 13,00 5,800 5,000 9,600 108,20 2 ОЛАДЬИ 0,080 0,080 13,00 5,200 5,280 25,280 170,30 3 ПОВИДЛО 0,025 0,025 13,00 0,100 16,250 62,5 УЖИН 1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100 0,100 13,00 6,000 3,700 8,000 90,0 2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150 0,150 13,00 6,000 3,700 8,000 90,0 3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,150 13,00 3,150 1,200 22,050 112, 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400 1,260 17,000 103, 5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050 13,00 4,450 1,600 23,300 133, 6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300 9,200<	Ито	ого: 2	50,332		12,450	12,830	0 38,850	323,100
П ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180 0,180 13,00 0,700 0,700 17,600 84,60 ПОЛДНИК ПОЛДНИК 1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200 0,200 13,00 5,800 5,000 9,600 108,20 2 ОЛАДЬИ 0,080 0,080 13,00 5,200 5,280 25,280 170,30 3 ПОВИДЛО 0,025 0,025 13,00 0,100 16,250 62,5 УЖИН 1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100 0,100 13,00 6,000 3,700 8,000 90,0 2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150 0,150 13,00 6,000 3,700 8,000 90,0 3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200 13,00 0,600 0,400 32,600 140, 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400 1,260 17,000 103, 5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050 13,00 4,450 1,600 23,300 133, 6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300 9,200<	ВТОРОЙ ЗАВТРАК		•					
ПОЛДНИК 1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200 0,200 13,00 5,800 5,000 9,600 108, 20,000 108, 20,000 13,00 5,800 5,000 9,600 108, 20,000 100,0	1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,	,180	13,00	0,700	0,700	17,600	84,60
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,2000,20013,005,8005,0009,600108,2 ОЛАДЬИ 0,0800,08013,005,2005,28025,280170,3 ПОВИДЛО 0,0250,02513,000,10016,25062,5Итого:0,28011,10010,28051,1303УЖИН1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,1000,10013,006,0003,7008,00090,02 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,1500,15013,003,1501,20022,050112,3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,2000,20013,000,6000,40032,600140,4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,0400,04013,003,4001,26017,000103,5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,0500,05013,004,4501,60023,300133,6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,0600,06013,002,0003,3009,20075,0Итого: 0,60013,004,5703,7305,97079,1	Ито	го:	0,180		0,700	0,700	0 17,600	84,600
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200 0,200 13,00 5,800 5,000 9,600 108, 20 (108, 200, 200) 2,5280 25,280 170, 25,280 170, 3 (100, 200, 200) 13,00 0,100 5,280 25,280 170, 25, 25, 26, 25, 26, 25, 26, 25, 26, 25, 26, 25, 26, 25, 26, 25, 26, 25, 26, 25, 26, 26, 26, 26, 26, 26, 26, 26, 26, 26	полдник							
2 ОЛАДЬИ 0,080 3 ПОВИДЛО 0,0250,080 0,02513,00 13,005,200 0,1005,280 16,250 16,250 		0,	,200	13,00	5,800	5,000	9,600	108,00
УЖИН1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,1000,10013,006,0003,7008,00090,02 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,1500,15013,003,1501,20022,050112,3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,2000,20013,000,6000,40032,600140,4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,0400,04013,003,4001,26017,000103,5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,0500,05013,004,4501,60023,300133,6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,0600,06013,002,0003,3009,20075,0Итого: 0,60019,60011,460112,15065ВТОРОЙ УЖИН1 КЕФИР 0,1500,15013,004,5703,7305,97079,1	2 ОЛАДЬИ 0,080	0,	,080	13,00	5,200	5,280	25,280	170,00
УЖИН 1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100 0,100 13,00 6,000 3,700 8,000 90,0 2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150 0,150 13,00 3,150 1,200 22,050 112, 3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200 13,00 0,600 0,400 32,600 140, 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400 1,260 17,000 103, 5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050 13,00 4,450 1,600 23,300 133, 6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300 9,200 75,0 Итого: 0,600 19,600 11,460 112,150 65	3 ПОВИДЛО 0,025	0,	,025	13,00	0,100		16,250	62,50
1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100 0,100 13,00 6,000 3,700 8,000 90,0 2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150 0,150 13,00 3,150 1,200 22,050 112, 3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200 13,00 0,600 0,400 32,600 140, 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400 1,260 17,000 103, 5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050 13,00 4,450 1,600 23,300 133, 6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300 9,200 75,0 Итого: 0,600 19,600 11,460 112,150 65 ВТОРОЙ УЖИН 1 КЕФИР 0,150 0,150 13,00 4,570 3,730 5,970 79,1	Ито	го:	0,280		11,100	10,280	51,130	340,500
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150 0,150 13,00 3,150 1,200 22,050 112, 3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200 13,00 0,600 0,400 32,600 140, 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400 1,260 17,000 103, 5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050 13,00 4,450 1,600 23,300 133, 6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300 9,200 75,0 Итого: 0,600 19,600 11,460 112,150 65 ВТОРОЙ УЖИН 1 КЕФИР 0,150 0,150 13,00 4,570 3,730 5,970 79,1	УЖИН							
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150 0,150 13,00 3,150 1,200 22,050 112, 3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200 13,00 0,600 0,400 32,600 140, 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400 1,260 17,000 103, 5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050 13,00 4,450 1,600 23,300 133, 6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300 9,200 75,0 ВТОРОЙ УЖИН 1 КЕФИР 0,150 0,150 13,00 4,570 3,730 5,970 79,1	1 РЫБА М.ЗАПЕЧЕННАЯ 0,100	0,	100	13,00	6,000	3,700	8,000	90,00
З СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200 0,200 13,00 0,600 0,400 32,600 140, 4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 0,040 13,00 3,400 1,260 17,000 103, 5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050 13,00 4,450 1,600 23,300 133, 6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300 9,200 75,0 Итого: 0,600 19,600 11,460 112,150 65	2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,150	0,	150	13,00	3,150	1,200	22,050	112,50
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 0,050 13,00 4,450 1,600 23,300 133, 6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300 9,200 75,0 Итого: 0,600 19,600 11,460 112,150 65 ВТОРОЙ УЖИН 1 КЕФИР 0,150 0,150 13,00 4,570 3,730 5,970 79,1	3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,	200	13,00	0,600	0,400	32,600	140,00
6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060 0,060 13,00 2,000 3,300 9,200 75,0 Итого: 0,600 19,600 11,460 112,150 65 ВТОРОЙ УЖИН 0,150 13,00 4,570 3,730 5,970 79,1	4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,	040	13,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого: 0,600 19,600 11,460 112,150 65 ВТОРОЙ УЖИН 1 КЕФИР 0,150 0,150 13,00 4,570 3,730 5,970 79,1	5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,	050	13,00	4,450	1,600	23,300	133,00
ВТОРОЙ УЖИН 1 КЕФИР 0,150 0,150 13,00 4,570 3,730 5,970 79,1	6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,060	0,	060	13,00	2,000	3,300	9,200	75,00
1 КЕФИР 0,150 0,150 13,00 4,570 3,730 5,970 79,1	Итог	го:	0,600		19,600	11,460	112,150	654,100
1 КЕФИР 0,150 0,150 13,00 4,570 3,730 5,970 79,1	второй ужин							
	1 КЕФИР 0,150	0,	150	13,00	4,570	3,730	5,970	79,18
111010.	Ито	го:	0,150		4,570	3,730		79,180
Bcero: 251,542 48,42 39,00 225,70 1481	Bcer	ro:	251,542		48,42	39,00	225,70	1481,48

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Jb -

Утверждаю / Директор _____

Aleuf

_И.П. Попова

МЕНЮ от 04.12.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

Категория прожив. (12лет и ст.)			Į.			
**	*	25 95 2 26 25 2				Энергети-
Наименование	Вых	од Кол-во	Белки	Жиры	Углеводы	ческая цен-
			(r)	(r)	(r)	ность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250	250	25,00				
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	25,00	5,100	-	•	,
3 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15		0,200		13,600	,
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		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		259,00
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,100	0,100	25,00	4,600	13,600		238,00
6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	25,00	0,560	0,050		113,79
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900	-	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	25,00	7,600	0,800	-	
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	25,00	.,	,	.,,_00	255,00
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	100.00
2 ОЛАДЬИ 0,100	0,200	25,00	6,500	6,600	-	108,00
3 ПОВИДЛО 0,025	0,100	25,00	0,100	0,000	16,250	213,00
Утого:	0,300	25,00	12,400	11,600		
			12,400	11,000	37,430	383,500
УЖИН						
1 РЫБА М. ЗАПЕЧЕННАЯ 0, 120	0,120	25,00	7,200	4,400		108,00
2 ПЮРЕ КАРТОФ. 0,200	0,200	25,00	4,200	1,600		150,00
3 COK ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	25,00	0,600	0,400	-	140,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	25,00	5,100	1,900		155,40
5 ХЛЕБПШЕНИЧНЫЙ 0,050 6 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0,100	0,050	25,00	4,450	1,600		133,00
	0,100 0,730	25,00	4,000	3,300	9,200	75,00
Итого:	0,/30		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
Bcero:	252,74	14	107,61	82,15	464,79	3052,34
		_	I			

шеф-повар

Утверждаю

/Директор

_И.П. Попова

МЕНЮ от 04.12.2024

Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
ОБЕД 1 СУП КАРТ. С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ 0,250 2 ПТИЦА ОТВАРНАЯ В 1 БЛ.0,025 3 ПТИЦА ОТВАРНАЯ 0,075 4 РИС ПРИПУЩ. (ГАРНИР) 0, 150	0,250 0,025 0,075	33,00 33,00 33,00	5,750 5,270 10,550	3,900 3,400 6,800	42,000)	193,00 52,75 105,50
5 ИКРА МОРКОВНАЯ 0,060 6 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,150 0,060 0,200	33,00 33,00 33,00	3,580 1,380	5,200 4,080	,	210,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040 8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050 9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015 10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,040 0,050 0,0015 0,0015	33,00 33,00 33,00	3,400 4,450	1,260 1,600	,	103,60 133,00
Итого: Всего:	0,653	33,00	34,380	26,240		874,250 874,25

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

H,