

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М.Е.Н.Ю
от 05.12.2024

Категория прожив. (12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	25,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	25,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	25,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	25,00				
5 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	25,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,475		35,120	16,000	74,750	590,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	25,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	25,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250	0,250	25,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	25,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50	100 / 50	25,00	5,500	7,100	9,600	125,00
4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0, 180	0,180	25,00	3,700	5,200	27,500	172,80
5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,075 3	0,075	25,00				
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	25,00	0,200		26,000	106,00
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				
11 СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 0,025 (52)	0,025	25,00	4,250	2,120		36,25
Итого:	1,052		29,100	21,870	151,640	941,050
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	25,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	25,00	3,200	0,400	17,000	94,00
Итого:	0,225		9,000	5,400	26,600	202,000
УЖИН						
1 ЖАРКОЕ ПО ДОМАШ.(СВИНИНА) 50/250	0,300	25,00	21,200	13,000	36,000	352,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	25,00	1,900	8,900	7,700	119,00
3 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200	0,200	25,00	0,200	0,200	47,400	194,00
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
Итого:	0,710		32,850	25,600	139,900	953,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	25,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	3,022		112,57	74,47	450,69	3008,25

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

/ Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 05.12.2024

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	33,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	33,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 0,050/0,050	0,050/0,050	33,00	2,250	3,550	4,800	62,50
4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150	0,150	33,00	3,150	4,350	22,950	144,00
5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,075 3	0,075	33,00				
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	33,00	0,200		26,000	106,00
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 КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	33,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	33,00				
11 СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 0,025 (52)	0,025	33,00	4,250	2,120		36,25
Итого:	0,803		20,450	17,630	107,890	695,950
Всего:	0,803		20,45	17,63	107,89	695,95

шеф-повар _____

Медицинская сестра(диетическая) _____

ГКОУ РО Азовская школа №7
Азовская школа №7

Утверждаю

/Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 05.12.2024

Категория сироты приход. (7 -11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	1,00	26,400	6,300	21,300	252,00
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. 0,020 (СУХАРИ)	0,020	1,00				
6 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	1,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,670		35,630	20,630	92,450	722,700
Всего:	0,670		35,63	20,63	92,45	722,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

М Е Н Ю
от 05.12.2024

И.П. Попова

Категория сироты прих с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	9,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	9,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	9,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	9,00	0,700	0,700	17,600	84,60
5 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	9,00	3,200	0,400	17,000	94,00
6 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	9,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,730		46,350	25,530	134,400	973,700
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250	0,250	9,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	9,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 0,050/0,050	0,050/0,050	9,00	2,250	3,550	4,800	62,50
4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	9,00	3,700	5,200	27,500	172,80
5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,075 3	0,075	9,00				
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	9,00	0,200		26,000	106,00
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				
11 СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 0,025 (52)	0,025	9,00	4,250	2,120		36,25
Итого:	0,902		25,850	18,320	146,840	878,550
Всего:	1,632		72,20	43,85	281,24	1852,25

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 05.12.2024

Категория сироты прожив.(7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	1,00	26,400	6,300	21,300	252,00
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 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	1,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,470		34,930	19,930	74,850	638,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	1,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
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 КОНДИТЕР. ИЗД. 0,020 (СУХАРИ)	0,020	1,00				
Итого:	0,220		5,800	5,000	9,600	108,000
УЖИН						
1 ЖАРКОЕ ПО ДОМАШ.(СВИНИНА) 50/250	0,300	1,00	21,200	13,000	36,000	352,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС. С Т.О 0,060	0,060	1,00	0,960	3,780	4,440	54,48
3 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200	0,200	1,00	0,200	0,200	47,400	194,00
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
Итого:	0,650		30,210	19,840	128,140	837,080
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	1,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	1,870		76,55	49,60	269,09	1888,38

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

/Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 05.12.2024

Категория сироты прож с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	2,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	2,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	2,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	2,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,525		42,450	24,430	99,800	795,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
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
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 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50	100 / 50	2,00	5,500	7,100	9,600	125,00
4 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,075 3	0,075	2,00				
5 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	2,00	3,700	5,200	27,500	172,80
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	2,00	0,200		26,000	106,00
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				
11 СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 0,025 (52)	0,025	2,00	4,250	2,120		36,25
Итого:	1,052		29,100	21,870	151,640	941,050
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	2,00	3,200	0,400	17,000	94,00
Итого:	0,225		9,000	5,400	26,600	202,000
УЖИН						
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 0,100	0,100	2,00	1,900	8,900	7,700	119,00
3 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200	0,200	2,00	0,200	0,200	47,400	194,00
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
Итого:	0,710		32,850	25,600	139,900	953,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	2,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	3,072		119,90	82,90	475,74	3213,35

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

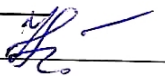
М Е Н Ю
от 05.12.2024.

Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
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. 0,020 (СУХАРИ)	0,020	18,00				
6 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	18,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,670		35,630	20,630	92,450	722,700
Всего:	0,670		35,63	20,63	92,45	722,70

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 05.12.2024

Категория приходящие 12л и ст

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	106,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	106,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК МАСЛО 0,050/10	0,060	106,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 СЫР 0,015	0,015	106,00				
5 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	106,00	0,700	0,700	17,600	84,60
6 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД. 0,025 (СУХАРИ)	0,025	106,00	3,200	0,400	17,000	94,00
7 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	106,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,680		39,020	17,100	109,350	768,600
ОБЕД						
1 БОРЩ 0,250	0,250	106,00	2,500	2,750	13,500	90,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	106,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ПТИЦА ТУШ. В СОУСЕ 100 / 50	100 / 50	106,00	5,500	7,100	9,600	125,00
4 КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0, 180	0,180	106,00	3,700	5,200	27,500	172,80
5 ВИНЕГРЕТ ОВОЩ. 0,075 3	0,075	106,00				
6 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	106,00	0,200		26,000	106,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	106,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	106,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	106,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	106,00				
11 СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 0,025 (52)	0,025	106,00	4,250	2,120		36,25
Итого:	1,052		29,100	21,870	151,640	941,050
Всего:	1,732		68,12	38,97	260,99	1709,65

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 05.12.2024

Категория прожив.(7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	0,150	13,00	26,400	6,300	21,300	252,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	13,00	0,380	2,800	25,000	140,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	13,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 0,050	0,050	13,00	1,000	2,600	3,600	42,00
Итого:	0,470		34,930	19,930	74,850	638,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	13,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	13,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,380		1,300	1,100	50,200	224,600
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	13,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕР. ИЗД. 0,020 (СУХАРИ)	0,020	13,00				
Итого:	0,220		5,800	5,000	9,600	108,000
УЖИН						
1 ЖАРКОЕ ПО ДОМАШ.(СВИНИНА) 50/250	0,300	13,00	21,200	13,000	36,000	352,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС. С Т.О 0,060	0,060	13,00	0,960	3,780	4,440	54,48
3 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200	0,200	13,00	0,200	0,200	47,400	194,00
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
Итого:	0,650		30,210	19,840	128,140	837,080
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,150	0,150	13,00	4,310	3,730	6,300	80,60
Итого:	0,150		4,310	3,730	6,300	80,600
Всего:	1,870		76,55	49,60	269,09	1888,38

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)