

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 24.01.2025

Категория прожив. ( 12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	26,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	26,00	0,500	0,080	23,000	94,72
3 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	26,00	5,100	4,600	0,300	63,00
4 РОЖОК, МАСЛО ,СЫР 50/10/15	0,075	26,00	9,200	13,000	62,100	382,00
Итого:	0,565		20,300	22,380	105,100	684,720
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	26,00	1,600	0,360	14,600	77,50
Итого:	0,185		1,600	0,360	14,600	77,500
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	26,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	26,00	5,160	3,360		50,80
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	26,00	13,750	15,000	50,800	396,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	26,00	0,800	0,100	1,700	13,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	26,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	26,00	7,600	0,800	49,200	235,00
7 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	26,00				
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	26,00				
9 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	26,00	0,560	0,050	27,890	113,79
Итого:	1,012		40,470	24,460	172,340	1098,990
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	3,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	3,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА (Ф.М.) ОТВАРНАЯ 0,120	0,120	3,00	21,400	0,960		94,80
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200	0,200	3,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 0, 100	0,100	3,00	4,000	3,300	9,200	75,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,010	200/7/10	3,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	3,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	3,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,757		39,230	15,810	103,330	730,300
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,180	0,180	3,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400
Всего:	2,934		114,91	81,51	483,17	3164,91

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 24.01.2025

Категория Приходящие (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
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 0,05/10/6	0,066	19,00				
5 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	11,00	1,600	0,360	14,600	77,50
6 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,150	0,150	8,00				
Итого:	0,841		10,800	8,800	52,460	342,500
Всего:	0,841		10,80	8,80	52,46	342,50

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 24.01.2025

Категория прожив.( 7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	14,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0, 200 2	0,200	14,00	0,500	0,080	23,000	94,00
3 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	14,00	5,100	4,600	0,300	63,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10	0,070	14,00	7,150	8,230	24,950	204,10
Итого:	0,510		16,350	16,670	62,810	469,100
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	14,00	1,600	0,360	14,600	77,50
Итого:	0,185		1,600	0,360	14,600	77,500
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	3,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	3,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА (Ф. М.) ПРИПУЩ. 0,100	0,100	2,00	16,200	0,800		75,00
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 0,200/0,007/0,010	200/7/10	2,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,МАСЛО 50/10	0,060	2,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	2,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,627		29,330	14,810	86,930	621,200
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
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:	1,707		59,65	49,57	250,91	1724,98

шеф-повар \_\_\_\_\_

Медицинская сестра(диетическая) \_\_\_\_\_

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 24.01.2025

Категория Ф (7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	32,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	32,00	5,160	3,360		50,80
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 250	0,250	32,00	19,200	12,200	41,180	376,05
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,060	0,060	32,00	0,480	0,060	1,020	7,80
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 0,0015	0,0015	32,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	32,00				
Итого:	0,678		40,190	21,730	99,750	806,250
Всего:	0,678		40,19	21,73	99,75	806,25

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 24.01.2025

Категория сироты прих с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергети- ческая цен- ность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
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 2	0,200	10,00	0,500	0,080	23,000	94,00
4 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/9	0,069	10,00	11,100	3,300	12,700	420,00
5 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	10,00	1,600	0,360	14,600	77,50
Итого:	0,744		23,800	13,040	70,300	799,500
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	10,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	10,00	5,160	3,360		50,80
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	10,00	13,750	15,000	50,800	396,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	10,00	0,800	0,100	1,700	13,00
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	10,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,072	0,072	10,00				
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,07	0,07	10,00	8,000	0,900	50,100	243,00
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	10,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	10,00				
Итого:	0,995		35,770	22,660	147,740	951,590
Всего:	1,739		59,57	35,70	218,04	1751,09

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 24.01.2025

Категория сироты прож с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	1,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	1,00	0,500	0,080	23,000	94,72
4 РОЖОК, МАСЛО ,СЫР 50/10/15	0,075	1,00	9,200	13,000	62,100	382,00
Итого:	0,565		20,300	22,380	105,100	684,720
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	1,00	1,600	0,360	14,600	77,50
Итого:	0,185		1,600	0,360	14,600	77,500
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	1,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	1,00	5,160	3,360		50,80
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	1,00	13,750	15,000	50,800	396,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	1,00	0,800	0,100	1,700	13,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	1,00	7,600	0,800	49,200	235,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
7 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
9 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	1,00	0,560	0,050	27,890	113,79
Итого:	1,012		40,470	24,460	172,340	1098,990
Всего:	1,762		62,37	47,20	292,04	1861,21

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

ГКОУ РО Азовская школа №7  
Азовская школа №7

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 24.01.2025

Категория сироты приход. (7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ 0,200	0,200	2,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	2,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	2,00	0,500	0,080	23,000	94,00
4 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 0,05/10/6	0,066	2,00				
5 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИН )0,216	0,216	2,00	0,900	0,200	8,100	43,00
Итого:	0,722		10,100	8,640	45,960	308,000
Всего:	0,722		10,10	8,64	45,96	308,00

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 24.01.2025

Категория приходящие 12л и ст

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>						
1 СУП МОЛ. С МАКАР. ИЗД. 0,250	0,250	111,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	111,00	0,500	0,080	23,000	94,72
3 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	111,00	5,100	4,600	0,300	63,00
4 ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ) 0,185	0,185	111,00	1,600	0,360	14,600	77,50
5 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/9	0,069	111,00	11,100	3,300	12,700	420,00
Итого:	0,744		23,800	13,040	70,300	800,220
<b>ОБЕД</b>						
1 СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 0,25	0,250	111,00	7,500	3,250	17,250	135,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	111,00	5,160	3,360		50,80
3 ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 0,075 / 0,200	0,275	111,00	13,750	15,000	50,800	396,00
4 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	111,00	0,800	0,100	1,700	13,00
5 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	111,00	0,560	0,050	27,890	113,79
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,072	0,072	111,00				
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,07	0,07	111,00	8,000	0,900	50,100	243,00
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	111,00				
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	111,00				
Итого:	0,995		35,770	22,660	147,740	951,590
Всего:	1,739		59,57	35,70	218,04	1751,81

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)