

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 15.03.2025



Категория сироты прож с 12 и старше

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. МАННЫЙ 0,250	0,250	1,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	1,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	1,00	3,870	3,100	25,200	145,50
Итого:	0,560		17,320	16,400	68,350	494,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,150	0,150	1,00				
Итого:	0,350		0,600	0,400	32,600	140,000
ОБЕД						
1 СУП КАРТОФ. С ПШЕНОМ,ЯЙЦОМ, СМЕТ.	0,270	1,00	9,450	8,200	16,700	170,60
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	1,00	5,160	3,360		50,80
3 ГОЛУБЦЫ МЯСНЫЕ 0,250	0,250	1,00	15,200	13,200	24,200	238,00
4 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	1,00	0,200		26,000	106,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	1,00	7,600	0,800	49,200	235,00
7 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
9 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	1,00	4,420	0,350	12,580	69,00
Итого:	1,007		47,130	27,810	154,180	1024,800
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	1,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
УЖИН						
1 ЖАРКОЕ ПО-ДОМ. 0,075/0,250(ГОВЯДИНА)	0,325	1,00	21,120	13,000	36,000	351,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	1,00	1,900	8,900	7,700	119,00
3 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200	0,200	1,00	0,200	0,200	47,400	194,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,735		32,770	25,600	139,900	952,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	1,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	3,067		110,82	88,71	483,23	3186,40

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

DM
DM

Утверждаю
Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 15.03.2025



Категория сироты прожив.(7 -11лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. МАННЫЙ 0,250	0,250	1,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 РОЖОК,МАСЛО,СЫР 50/10/10.	0,070	1,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	1,00	0,380	2,800	25,000	140,00
Итого:	0,560		17,130	20,330	68,450	542,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,150	0,150	1,00				
Итого:	0,350		0,600	0,400	32,600	140,000
ОБЕД						
1 СУП КАРТОФ. С ПШЕНОМ,ЯЙЦОМ, СМЕТ.	0,270	1,00	9,450	8,200	16,700	170,60
2 ГОЛУБЦЫ МЯСНЫЕ 0,250	0,250	1,00	15,200	13,200	24,200	238,00
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	1,00	5,160	3,360		50,80
4 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,060	0,060	1,00	1,860	0,120	3,900	24,00
5 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	1,00	0,200		26,000	106,00
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	1,00				
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	1,00				
Итого:	0,898		39,720	27,740	111,100	826,000
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	1,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
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 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
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:	2,843		99,77	86,04	427,19	2903,78

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

[Handwritten signatures]

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю
от 15.03.2025



Категория прожив. (12лет и ст.)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. МАННЫЙ 0,250	0,250	1,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	1,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 РОЖОК, МАСЛО ,СЫР 50/10/15	0,075	1,00	9,200	13,000	62,100	382,00
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	1,00	3,870	3,100	25,200	145,50
Итого:	0,565		22,670	25,400	105,800	725,500
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	1,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,150	0,150	1,00				
Итого:	0,350		0,600	0,400	32,600	140,000
ОБЕД						
1 СУП КАРТОФ. С ПШЕНОМ,ЯЙЦОМ, СМЕТ.	0,270	1,00	9,450	8,200	16,700	170,60
2 ГОЛУБЦЫ МЯСНЫЕ 0,250	0,250	1,00	15,200	13,200	24,200	238,00
3 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	1,00	0,200		26,000	106,00
4 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	1,00	4,420	0,350	12,580	69,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	1,00	7,600	0,800	49,200	235,00
7 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
9 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	1,00	5,160	3,360		50,80
Итого:	1,007		47,130	27,810	154,180	1024,800
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	1,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	1,00	2,000	9,000	71,000	370,00
Итого:	0,235		7,800	14,000	80,600	478,000
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 0,100	0,100	1,00	1,900	8,900	7,700	119,00
3 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200	0,200	1,00	0,200	0,200	47,400	194,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	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	1,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	3,047		116,25	97,71	520,68	3418,90

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

[Handwritten signatures]

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ
от 15.03.2025



Категория прожив.(7-11 лет)

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. МАННЫЙ 0,250	0,250	3,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	3,00	5,100	4,600	0,300	63,00
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 50/10/10	0,070	3,00	7,150	8,230	24,950	204,10
4 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 2	0,2200	3,00	0,380	2,800	25,000	140,00
Итого:	0,560		17,130	20,330	68,450	542,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,150	0,150	3,00				
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	3,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,350		0,600	0,400	32,600	140,000
ОБЕД						
1 СУП КАРТОФ. С ПШЕНОМ, ЯЙЦОМ, СМЕТ.	0,270	3,00	9,450	8,200	16,700	170,60
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	3,00	5,160	3,360		50,80
3 ГОЛУБЦЫ МЯСНЫЕ 0,250	0,250	3,00	15,200	13,200	24,200	238,00
4 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 0,200	0,200	3,00	0,200		26,000	106,00
5 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	3,00	3,400	1,260	17,000	103,60
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
7 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	3,00				
8 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	3,00				
9 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	3,00	4,420	0,350	12,580	69,00
Итого:	0,938		42,280	27,970	119,780	871,000
ПОЛДНИК						
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
УЖИН						
1 ЖАРКОЕ ПО ДОМАШ.(СВИНИНА) 50/250	0,300	3,00	21,200	13,000	36,000	352,00
2 ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНС.) С Т.О 0,100	0,100	3,00	1,900	8,900	7,700	119,00
3 КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 0,200	0,200	3,00	0,200	0,200	47,400	194,00
4 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	3,00	3,400	1,260	17,000	103,60
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,690		31,150	24,960	131,400	901,600
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:	2,923		103,27	91,39	439,13	3013,30

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

DM

MP