

Утверждаю  
Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 16.03.2025

Категория сироты прожив.(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	1,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	1,00	0,500	0,080	23,000	94,00
3 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	1,00	0,840	0,960	4,620	31,20
4 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	1,00	3,850	4,000	24,650	150,50
Итого:	0,530		8,790	8,800	66,830	383,700
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
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
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ. 0,250 11	0,250	1,00	2,300	2,000	6,300	60,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	1,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	1,00	5,160	3,360		50,80
4 ГУЛЯШ 0,125 (СВИНИНА)	0,125	1,00	22,900	13,060	8,380	244,17
5 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150	0,150	1,00	4,200	5,100	25,200	163,50
6 КУКУРУЗА КОНС. С Т.О 60	60	1,00	1,374	0,732	8,604	34,20
7 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ( ЯБЛОК )	0,200	1,00	0,200	0,200	27,200	110,00
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	1,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	1,00				
Итого:	0,913		44,234	29,312	116,324	919,870
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА (Ф. М.) ПРИПУЩ. 0,100	0,100	1,00	16,200	0,800		75,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 0,150 11	0,150	1,00	3,000	0,600	23,700	112,50
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С РАСТИТ. МАСЛОМ	0,060/10	1,00	0,900	0,050	4,900	24,00
4 ЧАЙ С МОЛОКОМ 0,150/0,050/0,010	150/50/10	1,00	1,400	1,600	16,400	86,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,МАСЛО 50/10	0,060	1,00	4,530	8,850	23,430	199,10
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	1,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,630		29,430	13,160	85,430	600,200
<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:	2,808		95,42	69,40	387,75	2600,95

шеф-повар \_\_\_\_\_

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

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

М Е Н Ю  
от 16.03.2025

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 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	1,00	0,500	0,080	23,000	94,72
3 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	1,00	4,530	8,850	23,430	199,10
4 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0, 100	0,100	1,00	1,400	1,600	7,700	52,00
5 СЫР 0,015	0,015	1,00				
Итого:	0,625		11,930	15,230	73,830	490,820
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
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
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ. 0,250 11	0,250	1,00	2,300	2,000	6,300	60,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	1,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,125 (СВИНИНА)	0,125	1,00	22,900	13,060	8,380	244,17
4 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,180	0,180	1,00	5,000	6,100	30,200	196,00
5 КУКУРУЗА КОНС. С Т.О 100	100	1,00	2,200	0,400	11,200	58,00
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ( ЯБЛОК )	0,200	1,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	1,00	7,600	0,800	49,200	235,00
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
Итого:	1,042		50,460	27,820	157,980	1109,370
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА (Ф. М.) ПРИПУЩ. 0,100	0,100	1,00	16,200	0,800		75,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200	0,200	1,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	1,00	1,800	0,100	9,800	48,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	1,00	4,450	1,600	23,300	133,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,010	200/7/10	1,00	0,200		13,600	56,00
Итого:	0,727		31,750	5,200	103,800	617,400
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
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:	3,159		108,05	67,15	456,01	2930,99

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

*[Подписи]*



Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_

И.П. Попова

**МЕНЮ**  
от 16.03.2025

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	2,00	3,600	3,760	14,560	108,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 2	0,200	2,00	0,500	0,080	23,000	94,00
3 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,050/0,010/	2,00	3,850	4,000	24,650	150,50
4 МОРКОВЬ ПРИПУЩ. 0,060	0,060	2,00	0,840	0,960	4,620	31,20
Итого:	0,530		8,790	8,800	66,830	383,700
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	2,00	0,600	0,400	32,600	140,00
2 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,150	0,150	2,00				
Итого:	0,350		0,600	0,400	32,600	140,000
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ СВ.КАПУСТЫ. 0,250 11	0,250	2,00	2,300	2,000	6,300	60,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	2,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,125 (СВИНИНА)	0,125	2,00	22,900	13,060	8,380	244,17
4 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) 0,150	0,150	2,00	4,200	5,100	25,200	163,50
5 КУКУРУЗА КОНС. С Т.О 60	60	2,00	1,374	0,732	8,604	34,20
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ( ЯБЛОК )	0,200	2,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	2,00	3,400	1,260	17,000	103,60
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0015	0,0015	2,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0015	0,0015	2,00				
Итого:	0,903		43,984	27,312	115,984	899,270
<b>ПОЛДНИК</b>						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ЗЕФИР) 0,035	0,035	2,00	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	3,00	16,200	0,800		75,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 0,150 11	0,150	3,00	3,000	0,600	23,700	112,50
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С РАСТИТ. МАСЛОМ	0,060/10	3,00	0,900	0,050	4,900	24,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,010	200/7/10	3,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	3,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ 0,040	0,040	3,00	3,400	1,260	17,000	103,60
Итого:	0,627		28,150	4,310	82,500	504,100
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
1 КЕФИР 0,150	0,150	3,00	4,570	3,730	5,970	79,18
Итого:	0,150		4,570	3,730	5,970	79,180
Всего:	2,795		93,89	58,55	384,48	2484,25

шеф-повар \_\_\_\_\_

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

Утверждаю

Директор

И.П. Попова

МЕНЮ  
от 16.03.2025



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	1,00	5,500	4,700	19,700	145,00
2 КОФЕЙНЫЙ Н-К 0,200 4	0,200	1,00	0,500	0,080	23,000	94,72
3 РОЖОК, МАСЛО ,СЫР 50/10/15	0,075	1,00	9,200	13,000	62,100	382,00
4 МОРКОВЬ ПРИПУЦ. 0, 100	0,100	1,00	1,400	1,600	7,700	52,00
Итого:	0,625		16,600	19,380	112,500	673,720
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
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
<b>ОБЕД</b>						
1 ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ. 0,250 11	0,250	1,00	2,300	2,000	6,300	60,00
2 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,025	0,025	1,00	5,160	3,360		50,80
3 ГУЛЯШ 0,125 (СВИНИНА)	0,125	1,00	22,900	13,060	8,380	244,17
4 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ(ГАРНИР) 0,180	0,180	1,00	5,000	6,100	30,200	196,00
5 КУКУРУЗА КОНС. С Т.О 100	100	1,00	2,200	0,400	11,200	58,00
6 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	1,00	0,200	0,200	27,200	110,00
7 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
8 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,100	0,100	1,00	7,600	0,800	49,200	235,00
9 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
10 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0025	0,0025	1,00				
Итого:	1,042		50,460	27,820	157,980	1109,370
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
<b>УЖИН</b>						
1 РЫБА (Ф. М.) ПРИПУЦ. 0,100	0,100	1,00	16,200	0,800		75,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВ. 0,200	0,200	1,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	1,00	1,800	0,100	9,800	48,00
4 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО 50/10	0,060	1,00	4,530	8,850	23,430	199,10
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	1,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,010	200/7/10	1,00	0,200		13,600	56,00
Итого:	0,737		31,830	12,450	103,930	683,500
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>						
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:	3,169		112,80	78,55	494,81	3179,99

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

*Handwritten signatures of the chef and dietitian.*