

МЕНЮ

16-20.01.23г.

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10) 220	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 90	КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ И МАСЛОМ (80/10) 90	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/50) 100	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (100/50) 150
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (1шт.) 40	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ (170/10) 180
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 26	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 19
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 26			ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207				
Обед				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (250/10) 260	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 250	РАССОЛЬНИК ПО- ЛЕНИНГРАДСКИ СО СМЕТАНОЙ (250/10) 260	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 70
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (50/50) 100	БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (80/50) 130	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (100/50) 150	РАГУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200) 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, И СМЕТАНОЙ (250/10) 260
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ 210	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 47	ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ (50/200) 250
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 42	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200		

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 16 января 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10), 220 г		
Соль йодированная	1	1
Крупа рисовая	13,96	14,1
Пшено	19,01	19,2
Молоко пастер. 3,2% жирности	100	100
Сахар песок	16	16
Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (1шт.), 40 г		
Яйца куриные (шт.)	40,25	1
СЫР (ПОРЦИЯМИ), 25 г		
Сыр российский	25	27,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 26 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	26	26
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7), 207 г		
Сахар песок	15	15
Лимон	7,02	7,8
Чай черный байховый	0,5	0,5
Обед		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, 250 г		
Картофель	75,01	115,4
Макаронные изделия высш.сорт	10	10
Морковь	9,98	13,3
Лук репчатый	10	11,9
Масло подсолнечное рафинированое	2,5	2,5
Соль йодированная	2	2
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (50/50), 100 г		
Свинина мясная	74	87,1
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Лук репчатый	10	11,9
Томатная паста	8	8
Мука пшеничная высш.сорт	2	2
Соль йодированная	3	3
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 150 г		
Крупа гречневая ядрица	66,7	67,1
Масло сладко-сливочное несоленое	9,5	9,5
Соль йодированная	1,4	1,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г		
Сухофрукты (смесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 17 января 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ, 90 г		
Свекла	68,92	91,9
Лук репчатый	15,8	18,7
Томатная паста	22,5	22,5
Масло подсолнечное рафинированное	6,8	6,8
Сахар песок	1,1	1,1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150), 200 г		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Картофель	114,33	175,9
Лук репчатый	11,43	13,6
Томатная паста	6,9	6,9
Соль йодированная	2	2
Масло подсолнечное рафинированное	6,9	6,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
ЧАЙ С САХАРОМ (185/15), 200 г		
Чай черный байховый	1	1
Сахар песок	15	15
Обед		
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г		
Сметана 20% жирности	10	10
Капуста белокочанная	50	62,5
Картофель	30,03	46,2
Морковь	12,46	16,6
Лук репчатый	10	11,9
Томатная паста	2,5	2,5
Масло подсолнечное рафинированное	5	5
Соль йодированная	2	2
БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (80/50), 130 г		
Соль йодированная	2,6	2,6
Свинина мясная	58,99	69,4
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	12,3	12,3
Сухари панировочные	6,7	6,7
Масло подсолнечное рафинированное	5,6	5,6
Мука пшеничная высш.сорт	2,6	2,6
Морковь	3,98	5,3
Лук репчатый	2	2,4
Томатная паста	10	10
Сахар песок	1,3	1,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ, 210 г		
Крупа рисовая	71	71,5
Масло сладко-сливочное несоленое	13	13
Соль йодированная	2	2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 42 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	42	42
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	40
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ, 200 г		
Яблоки	40,04	45,5
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 18 января 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ И МАСЛОМ (80/10), 90 г		
Куриная грудка филе	76,05	77,6
Крупа рисовая	7,03	7,1
Молоко пастер. 3,2% жирности	14	14
Масло сладко-сливочное несоленое	13	13
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 200 г		
Масло сладко-сливочное несоленое	7	7
Макаронные изделия высш.сорт	67,4	67,4
Соль йодированная	3,3	3,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 26 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	26	26
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7), 207 г		
Сахар песок	15	15
Лимон	7,02	7,8
Чай черный байховый	0,5	0,5
Обед		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ), 250 г		
Картофель	49,99	76,9
Горох лущеный	20	20,1
Лук репчатый	10	11,9
Морковь	12,52	16,7
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Соль йодированная	2	2
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (100/50), 150 г		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	18	18
Молоко пастер. 3,2% жирности	26	26
Сухари панировочные	10	10
Масло подсолнечное рафинированое	7,5	7,5
Мука пшеничная высш.сорт	2,5	2,5
Морковь	3,98	5,3
Лук репчатый	2,02	2,4
Томатная паста	10	10
Соль йодированная	0,5	0,5
Сахар песок	1,3	1,3
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ, 150 г		
Картофель	125,71	193,4
Молоко пастер. 3,2% жирности	21,4	21,4
Масло сладко-сливочное несоленое	9,3	9,3
Масло подсолнечное рафинированое	7,1	7,1
Соль йодированная	1	1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 45 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	45	45
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	30
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ, 200 г		
Яблоки	40,04	45,5
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 19 января 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/50), 100 г		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Лук репчатый	10	11,9
Томатная паста	8	8
Мука пшеничная высш.сорт	2	2
Соль йодированная	3	3
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 150 г		
Крупа гречневая ядрица	66,7	67,1
Масло сладко-сливочное несоленое	9	9
Соль йодированная	1,4	1,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	30
ЧАЙ С САХАРОМ (185/15), 200 г		
Чай черный байховый	1	1
Сахар песок	15	15
Обед		
РАССОЛЬНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ СО СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г		
Сметана 20% жирности	10	10
Картофель	75,01	115,4
Крупа перловая	5,05	5,1
Морковь	9,98	13,3
Лук репчатый	5,04	6
Огурцы соленые	15	15
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Соль йодированная	4	4
РАГУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200), 250 г		
Соль йодированная	3	3
Куриная грудка филе	69,97	71,4
Масло подсолнечное рафинированое	13,7	13,7
Картофель	127,99	196,9
Морковь	27,22	36,3
Томатная паста	9,6	9,6
Лук репчатый	16,04	19,1
Мука пшеничная высш.сорт	3,2	3,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 48 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	48	48
СОК ФРУКТОВЫЙ, 200 г		
Сок яблочный	200	200

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 20 января 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (100/50), 150 г		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	18	18
Молоко пастер. 3,2% жирности	26	26
Сухари панировочные	10	10
Масло подсолнечное рафинированое	7,5	7,5
Мука пшеничная высш.сорт	2,5	2,5
Морковь	3,98	5,3
Лук репчатый	2,02	2,4
Томатная паста	10	10
Соль йодированная	0,5	0,5
Сахар песок	1,3	1,3
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ (170/10), 180 г		
Соль йодированная	1,8	1,8
Горох лущеный	82,8	83,2
Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 20 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	20	20
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 19 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	19	19
ЧАЙ С САХАРОМ (185/15), 200 г		
Чай черный байховый	1	1
Сахар песок	15	15
Обед		
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ, 70 г		
Капуста белокочанная	55,3	69
Лимонная кислота	0,3	0,3
Сахар песок	3,5	3,5
Масло подсолнечное рафинированое	3,5	3,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, И СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г		
Свекла	39,98	53,3
Капуста белокочанная	20	25
Картофель	20,02	30,8
Морковь	12,46	16,6
Лук репчатый	9,99	11,9
Томатная паста	7,5	7,5
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Сахар песок	2,5	2,5
Соль йодированная	3	3
Лавровый лист	0,01	0,01
Сметана 20% жирности	15	15
ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ (50/200), 250 г		
Свинина мясная	74,03	87,1
Крупа рисовая	68,01	68,7
Масло подсолнечное рафинированое	10	10
Лук репчатый	10	11,9
Морковь	15,98	21,3
Томатная паста	16	16
Соль йодированная	2,5	2,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 35 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	35	35
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7), 207 г		
Сахар песок	15	15
Лимон	7,02	7,8
Чай черный байховый	0,5	0,5