

МЕНЮ

19-23.12.22

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	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 50	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ (60/50) 110	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (45/45) 90	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (80/40) 120
ВАФЕЛЬНЫЙ ТОРТИК 40	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 150
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 27	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 25
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200
Обед				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, И СМЕТАНОЙ (250/10) 260	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	РАССОЛЬНИК ПО- ЛЕНИНГРАДСКИ СО СМЕТАНОЙ (250/10) 260	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (250/10) 260
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (45/45) 90	ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (70/50) 120	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (100/50) 150	РАГУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200) 250	ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ (50/200) 250
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 140	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ 160	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ (200/10) 210	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 43	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 32	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 43	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200		

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 19 декабря 2022 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
ВАФЕЛЬНЫЙ ТОРТИК, 40 г		
Вафельный тортик	40	1
СЫР (ПОРЦИЯМИ), 20 г		
Сыр российский	20	22,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
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	49,98	71,4
Горох лущеный	20	20,1
Лук репчатый	10	11,9
Морковь	12,48	15,6
Масло подсолнечное рафинированное	5	5
Соль йодированная	2	2
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (45/45), 90 г		
Свинина мясная	66,6	78,4
Масло подсолнечное рафинированное	4,5	4,5
Лук репчатый	9	10,7
Томатная паста	7,2	7,2
Мука пшеничная высш.сорт	1,8	1,8
Соль йодированная	2,7	2,7
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 140 г		
Крупа гречневая ядрица	62,3	62,6
Масло сладко-сливочное несоленое	8,9	8,9
Соль йодированная	1,3	1,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 32 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	32	32
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г		
Сухофрукты (смесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 20 декабря 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ, 50 г		
Капуста белокочанная	39,5	49,3
Лимонная кислота	0,2	0,2
Сахар песок	2,5	2,5
Масло подсолнечное рафинированое	2,5	2,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150), 200 г		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Картофель	114,31	163,3
Лук репчатый	11,43	13,6
Томатная паста	6,9	6,9
Масло подсолнечное рафинированое	6,9	6,9
Соль йодированная	2	2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 20 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	20	20
ЧАЙ С САХАРОМ (185/15), 200 г		
Чай черный байховый	1	1
Сахар песок	15	15
Обед		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, И СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г		
Свекла	40	50
Капуста белокочанная	20	25
Картофель	20,02	28,6
Морковь	12,48	15,6
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
ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (70/50), 120 г		
Соль йодированная	2,4	2,4
Свинина мясная	51,68	60,8
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	10,8	10,8
Сухари панировочные	5,9	5,9
Масло подсолнечное рафинированое	5,1	5,1
Мука пшеничная высш.сорт	2,6	2,6
Морковь	4	5
Лук репчатый	2	2,4
Томатная паста	10	10
Сахар песок	1,3	1,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ, 160 г		
Крупа рисовая	54	54,5
Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
Соль йодированная	1,5	1,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
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 21 декабря 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ (60/50), 110 г		
Говядина б/к	38,02	38,8
Крупа рисовая	5,05	5,1
Лук репчатый	17,97	21,4
Масло подсолнечное рафинированое	6	6
Мука пшеничная высш.сорт	8,3	8,3
Сметана 20% жирности	12,9	12,9
Томатная паста	5	5
Соль йодированная	0,4	0,4
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, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 27 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	27	27
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	74,97	107,1
Макаронные изделия высш.сорт	10	10
Морковь	10	12,5
Лук репчатый	10	11,9
Масло подсолнечное рафинированое	2,5	2,5
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	4	5
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 (200/10), 210 г		
Соль йодированная	2,1	2,1
Горох лущеный	97,5	97,9
Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
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 22 декабря 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (45/45), 90 г		
Куриная грудка филе	66,64	68
Масло подсолнечное рафинированое	4,5	4,5
Лук репчатый	8,99	10,7
Томатная паста	7,2	7,2
Мука пшеничная высш.сорт	1,8	1,8
Соль йодированная	2,5	2,5
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, 20 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	20	20
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	74,97	107,1
Крупа перловая	5,05	5,1
Морковь	10	12,5
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	128,03	182,9
Морковь	27,2	34
Томатная паста	9,6	9,6
Лук репчатый	16,04	19,1
Мука пшеничная высш.сорт	3,2	3,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 43 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	43	43
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 43 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	43	43
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ, 200 г		
Яблоки	40,04	45,5
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 23 декабря 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (80/40), 120 г		
Соль йодированная	2,5	2,5
Куриная грудка филе	59,2	60,4
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	14,4	14,4
Молоко пастер. 3,2% жирности	20,8	20,8
Сухари панировочные	8	8
Масло подсолнечное рафинированое	6,0	6,0
Мука пшеничная высш.сорт	2	2
Морковь	3,2	4
Лук репчатый	1,6	1,9
Томатная паста	8	8
Сахар песок	1	1
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ, 150 г		
Картофель	66,01	94,3
Сметана 20% жирности	11	11
Морковь	16,48	20,6
Мука пшеничная высш.сорт	3,5	3,5
Лук репчатый	5,97	7,1
Соль йодированная	2,3	2,3
Капуста белокочанная	27,04	33,8
Масло подсолнечное рафинированое	6	6
Лавровый лист	0,01	0,01
Масло сладко-сливочное несоленое	5	5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 25 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	25
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	42,9
Морковь	12,48	15,6
Лук репчатый	10	11,9
Томатная паста	2,5	2,5
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Соль йодированная	2	2
ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ (50/200), 250 г		
Свинина мясная	74,03	87,1
Соль йодированная	2,5	2,5
Масло подсолнечное рафинированое	10	10
Лук репчатый	10	11,9
Морковь	16	20
Томатная паста	16	16
Крупа рисовая	68,01	68,7
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