

МЕНЮ

30.01.-03.02.2023г.

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 70	КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ И МАСЛОМ (80/10) 90	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/50) 100	ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (50/50) 100
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 (180/10) 190
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 26	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 32	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	СОК ФРУКТОВЫЙ 200
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207			
Обед				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	РАССОЛЬНИК ПО- ЛЕНИНГРАДСКИ СО СМЕТАНОЙ (250/10) 260	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 70	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (250/10) 260	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, И СМЕТАНОЙ (250/10) 260
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (50/50) 100	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (80/50) 130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 250	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ (55/50) 105	ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ (50/200) 250
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (70/50) 120	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 190	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 21
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 37	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 29	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 32	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	
		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207		

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 30 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), 20 г		
Сыр российский	20	22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 32 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	32	32
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ, 200 г		
Яблоки	40,04	45,5
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2
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, 45 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	45	45
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 37 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	37	37
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

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 31 января 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
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
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 рафинированое	6,9	6,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	40
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		
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
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (80/50), 130 г		
Куриная грудка филе	59,19	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	6,3	6,3
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
КАПУСТА ТУШЕНАЯ, 200 г		
Капуста белокочанная	229	287
Масло сладко-сливочное несоленое	7	7
Морковь	3,98	5,3
Лук репчатый	8	10
Томатная паста	12	12
Лимонная кислота	0,2	0,2
Мука пшеничная высш.сорт	2	2
Сахар песок	6	6
Перец черный горошком	0,04	0,04
Лавровый лист	0,02	0,02
Соль йодированная	2	2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
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 1 февраля 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		
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ), 70 г		
Кукуруза консервы	65,1	93
Сахар песок	1,4	1,4
Масло подсолнечное рафинированое	4,2	4,2
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
БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (70/50), 120 г		
Соль йодированная	2,6	2,6
Свинина мясная	51,6	60,7
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	12,3	12,3
Сухари панировочные	6,7	6,7
Масло подсолнечное рафинированое	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, 150 г		
Крупа рисовая	50,6	51,1
Масло сладко-сливочное несоленое	9,4	9,4
Соль йодированная	1,4	1,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 32 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	32	32
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

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 2 февраля 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 рафинированное	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, 45 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	45	45
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		
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
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ (55/50), 105 г		
Сосиски молочные	57,71	58
Соль йодированная	3,5	3,5
Масло подсолнечное рафинированное	1,5	1,5
Мука пшеничная высш.сорт	2,5	2,5
Морковь	3,98	5,3
Лук репчатый	2,02	2,4
Томатная паста	10	10
Сахар песок	1,3	1,3
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ, 190 г		
Картофель	159,19	244,9
Молоко пастер. 3,2% жирности	27,1	27,1
Масло сладко-сливочное несоленое	11,7	11,7
Масло подсолнечное рафинированное	9,1	9,1
Соль йодированная	1,3	1,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 29 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	29	29
СОК ФРУКТОВЫЙ, 200 г		
Сок яблочный	200	200

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 3 февраля 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (50/50), 100 г		
Свинина мясная	36,97	43,5
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	9	9
Сухари панировочные	5	5
Масло подсолнечное рафинированое	4,5	4,5
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 (180/10), 190 г		
Соль йодированная	1,9	1,9
Горох лущеный	87,7	88,1
Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 33 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	33	33
СОК ФРУКТОВЫЙ, 200 г		
Сок яблочный	200	200
Обед		
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, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 21 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	21	21
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г		
Сухофрукты (смесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2