

# МЕНЮ

## 21-25.11.22

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<b>Завтрак</b>				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10) 220	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/50) 100	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50) 110	ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200) 250	КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ С МАСЛОМ (80/5) 85
ЙОГУРТ В СТАКАНЧИКАХ (1 ШТ) 100 гр	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 175	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200
НАПИТОК ИЗ ЯГОД 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
	НАПИТОК ИЗ ЯГОД 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 36	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 32
		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207
<b>Обед</b>				
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 30	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, И СМЕТАНОЙ (250/10) 260	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 100	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (250/10) 260
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 250	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (80/40) 120	ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (80/50) 130	РАССОЛЬНИК ПО- ЛЕНИНГРАДСКИ СО СМЕТАНОЙ (250/10) 260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (50/50) 100
ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200) 250	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ 200	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 120
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 36	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	НАПИТОК ИЗ ЯГОД 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	

**МЕНЮ-РАСКЛАДКА**  
на 21 ноября 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10), 220 г</b>		
Крупа манная	31	31
Молоко пастер. 3,2% жирности	100	100
Сахар песок	16	16
Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
<b>ЙОГУРТ В СТАКАНЧИКАХ (1 ШТ), 100 г</b>		
Йогурт 1,2% жир, 100 гр.	100	1
<b>НАПИТОК ИЗ ЯГОД, 200 г</b>		
Вишня	20	20
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2
<b>Обед</b>		
<b>ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ, 30 г</b>		
Огурцы соленые	30	30
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ), 250 г</b>		
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
<b>ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200), 250 г</b>		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Соль йодированная	2,5	2,5
Масло подсолнечное рафинированное	10	10
Лук репчатый	10	11,9
Морковь	16	20
Томатная паста	16	16
Крупа рисовая	68,01	68,7
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	30
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ, 200 г</b>		
Яблоки	40,04	45,5
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2



## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 22 ноября 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/50), 100 г</b>		
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
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 175 г</b>		
Масло сладко-сливочное несоленое	6,3	6,3
Макаронные изделия высш.сорт	57,6	57,6
Соль йодированная	2,9	2,9
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
<b>НАПИТОК ИЗ ЯГОД, 200 г</b>		
Вишня	20	20
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2
<b>Обед</b>		
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, И СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г</b>		
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
<b>КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (80/40), 120 г</b>		
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
<b>КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 150 г</b>		
Крупа гречневая ядрица	66,6	67,2
Масло сладко-сливочное несоленое	9,1	9,1
Соль йодированная	1,4	1,4
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 45 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	45	45
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 36 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	36	36
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ, 200 г</b>		
Яблоки	40,04	45,5
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2

**МЕНЮ-РАСКЛАДКА**  
на 23 ноября 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50), 110 г</b>		
Свинина мясная	37,99	44,7
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	8	8
Лук репчатый	19,99	23,8
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	2,4	2,4
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ, 150 г</b>		
Соль йодированная	1,5	1,5
Капуста белокочанная	171	213,8
Лимонная кислота	1,4	1,4
Масло подсолнечное рафинированое	6	6
Томатная паста	9	9
Морковь	3,84	4,8
Лук репчатый	6	7,1
Лавровый лист	0,01	0,01
Мука пшеничная высш.сорт	1,5	1,5
Сахар песок	4,5	4,5
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 36 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	36	36
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7), 207 г</b>		
Сахар песок	15	15
Лимон	7,02	7,8
Чай черный байховый	0,5	0,5
<b>Обед</b>		
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, 250 г</b>		
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
<b>ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (80/50), 130 г</b>		
Соль йодированная	2,8	2,8
Свинина мясная	53,8	63,3
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	12,3	12,3
Сухари панировочные	6,8	6,8
Масло подсолнечное рафинированое	5,6	5,6
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
<b>КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ, 200 г</b>		
Масло сладко-сливочное несоленое	13,3	13,3
Крупа рисовая	63,1	63,6
Соль йодированная	1,7	1,7
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	40
<b>НАПИТОК ИЗ ЯГОД, 200 г</b>		
Вишня	20	20
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2



## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 24 ноября 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200), 250 г</b>		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Соль йодированная	2,5	2,5
Лук репчатый	10	11,9
Масло подсолнечное рафинированое	10	10
Морковь	16	20
Томатная паста	16	16
Крупа рисовая	68,01	68,7
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	30
<b>ЧАЙ С САХАРОМ (185/15), 200 г</b>		
Чай черный байховый	1	1
Сахар песок	15	15
<b>Обед</b>		
<b>САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ, 100 г</b>		
Капуста белокочанная	78,88	98,6
Лимонная кислота	0,3	0,3
Сахар песок	5	5
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
<b>РАССОЛЬНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ СО СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г</b>		
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
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150), 200 г</b>		
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
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 28 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	28	28
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г</b>		
Сухофрукты (смесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2



## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 25 ноября 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ С МАСЛОМ (80/5), 85 г</b>		
Соль йодированная	2	2
Куриная грудка филе	67,6	68,9
Крупа рисовая	6,2	6,3
Молоко пастер. 3,2% жирности	7,1	7,1
Масло сладко-сливочное несоленое	7,7	7,7
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 200 г</b>		
Масло сладко-сливочное несоленое	7,1	7,1
Макаронные изделия высш.сорт	65,5	65,5
Соль йодированная	3,3	3,3
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 32 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	32	32
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7), 207 г</b>		
Сахар песок	15	15
Лимон	7,02	7,8
Чай черный байховый	0,5	0,5
<b>Обед</b>		
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г</b>		
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
<b>ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (50/50), 100 г</b>		
Свинина мясная	74,03	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
<b>КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 120 г</b>		
Крупа гречневая ядрица	53,4	53,7
Масло сладко-сливочное несоленое	7,6	7,6
Соль йодированная	1,1	1,1
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 33 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	33	33
<b>ЧАЙ С САХАРОМ (185/15), 200 г</b>		
Чай черный байховый	1	1
Сахар песок	15	15