

# МЕНЮ

13-17.03.23г.

13.мар	14.мар	15.мар	16.мар	17.мар
<b>Завтрак</b>				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННОЙ (150/10) 160	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 70	КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ И МАСЛОМ (80/10) 90	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (50/50) 100	ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200) 250
ПЕЧЕНЬЕ 50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 38
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 41	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 22	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 26	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 23	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200
ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	
<b>Обед</b>				
РАССОЛЬНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ СО СМЕТАНОЙ (250/10) 260	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, И СМЕТАНОЙ (250/10) 260	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) 250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (250/10) 260
ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ (50/150) 200	КОТЛЕТА ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (90/50) 140	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (45/45) 90	БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (90/50) 140	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (70/50) 120
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ (200/10) 210	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 170
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 32	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 32	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 42
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 38	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200

## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 13 марта 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНКОЙ (150/10), 160 г</b>		
Творог 9,0% жирности	138	138
Крупа манная	9	9
Сахар песок	12	12
Яйца куриные (шт.)	6,03	0,15
Масло сладко-сливочное несоленое	6	6
Сухари панировочные	6	6
Соль йодированная	2	2
Сметана 20% жирности	6	6
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	10	10
<b>ПЕЧЕНЬЕ (4 шт.), 50 г</b>		
Печенье сахарное мука высш.сорт	50	50
<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (1 шт.), 50 г</b>		
Яйца куриные (шт.)	50,3	1
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
<b>ЧАЙ С САХАРОМ (185/15), 200 г</b>		
Чай черный байховый	1	1
Сахар песок	15	15
<b>Обед</b>		
<b>РАССОЛЬНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ СО СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г</b>		
Сметана 20% жирности	10	10
Картофель	75	125
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
<b>ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ (50/150), 200 г</b>		
Свинина мясная	74,03	87,1
Крупа рисовая	54,45	55
Масло подсолнечное рафинированое	8	8
Лук репчатый	7,98	9,5
Морковь	12,82	17,1
Томатная паста	12,8	12,8
Соль йодированная	2	2
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 19 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	19	19
<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 14 марта 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ, 70 г</b>		
Капуста белокочанная	55,3	69
Лимонная кислота	0,3	0,3
Сахар песок	3,5	3,5
Масло подсолнечное рафинированое	3,5	3,5
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150), 200 г</b>		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Картофель	114,3	190,5
Лук репчатый	11,43	13,6
Томатная паста	6,9	6,9
Соль йодированная	2	2
Масло подсолнечное рафинированое	6,9	6,9
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 26 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	26	26
<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	75	125
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
<b>КОТЛЕТА ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (90/50), 140 г</b>		
Соль йодированная	3,1	3,1
Свинина мясная	66,3	78
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	15,8	15,8
Сухари панировочные	8,6	8,6
Масло подсолнечное рафинированое	6,7	6,7
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
<b>ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ (200/10), 210 г</b>		
Соль йодированная	2,1	2,1
Горох лущеный	99,7	100
Масло сладко-сливочное несоленое	10,1	10,1
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 50 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	50	50
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 38 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	38	38
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД, 200 г</b>		
Ягода свежая	30,01	35,3
Сахар песок	20	20

**МЕНЮ-РАСКЛАДКА**  
на 15 марта 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ И МАСЛОМ (80/10), 90 г</b>		
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
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 150 г</b>		
Масло сладко-сливочное несоленое	5,3	5,3
Макаронные изделия высш. сорт	47,9	47,9
Соль йодированная	2,5	2,5
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	40
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 23 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	23	23
<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>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, И СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г</b>		
Свекла	39,98	53,3
Капуста белокочанная	20	25
Картофель	19,98	33,3
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
<b>ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (45/45), 90 г</b>		
Свинина мясная	66,64	78,4
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	2,7	2,7
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ, 150 г</b>		
Капуста белокочанная	171,7	215,2
Масло сладко-сливочное несоленое	5,2	5,2
Морковь	3	4
Лук репчатый	6	7,5
Томатная паста	9	9
Лимонная кислота	0,2	0,2
Мука пшеничная высш. сорт	1,5	1,5
Сахар песок	4,5	4,5
Лавровый лист	0,02	0,02
Соль йодированная	1,5	1,5
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 32 г</b>		
Хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	32	32
<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 16 марта 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (50/50), 100 г</b>		
Рыба минтай неразделанный	60,98	129,2
Морковь	21,98	29,3
Лук репчатый	7,98	9,5
Томатная паста	10	10
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Лимонная кислота	2,5	2,5
Сахар песок	2	2
Лавровый лист	0,01	0,01
Соль йодированная	2	2
<b>КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ., 150 г</b>		
Мука пшеничная высш.сорт	1,5	1,5
Картофель	112,5	187,5
Молоко пастер. 3,2% жирности	45	45
Масло сладко-сливочное несоленое	3	3
Соль йодированная	1,5	1,5
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 22 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	22	22
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 21 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	21	21
<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 БОБОВЫМИ (ГОРОХ), 250 г</b>		
Картофель	49,98	83,3
Горох лущеный	20	20,1
Лук репчатый	10	11,9
Морковь	12,52	16,7
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Соль йодированная	2	2
<b>БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (90/50), 140 г</b>		
Соль йодированная	3,1	3,1
Свинина мясная	66,3	78
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	15,8	15,8
Сухари панировочные	8,6	8,6
Масло подсолнечное рафинированое	6,7	6,7
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
<b>КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 150 г</b>		
Крупа гречневая ядрица	66,6	67,2
Масло сладко-сливочное несоленое	9,5	9,5
Соль йодированная	1,4	1,4
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 32 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	32	32
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 20 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	20	20
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД, 200 г</b>		
Ягода свежая	30,01	35,3
Сахар песок	20	20

**МЕНЮ-РАСКЛАДКА**  
на 17 марта 2023 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200), 250 г</b>		
Соль йодированная	2,5	2,5
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Лук репчатый	10	11,9
Масло подсолнечное рафинированое	10	10
Морковь	15,98	21,3
Томатная паста	16	16
Крупа рисовая	68,01	68,7
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 38 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	38	38
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 20 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	20	20
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД, 200 г</b>		
Ягода свежая	30,01	35,3
Сахар песок	20	20
<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	50
Морковь	12,46	16,6
Лук репчатый	10	11,9
Томатная паста	2,5	2,5
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Соль йодированная	2	2
<b>КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (70/50), 120 г</b>		
Соль йодированная	2,3	2,3
Куриная грудка филе	51,84	52,9
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	12,6	12,6
Молоко пастер. 3,2% жирности	18,2	18,2
Сухари панировочные	7	7
Масло подсолнечное рафинированое	5,7	5,7
Мука пшеничная высш.сорт	2,5	2,5
Морковь	3,98	5,3
Лук репчатый	2	2,4
Томатная паста	10	10
Сахар песок	1,3	1,3
<b>РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ, 170 г</b>		
Сметана 20% жирности	12,1	12,1
Картофель	77,7	129,6
Морковь	26	34,6
Мука пшеничная высш.сорт	3,7	3,7
Лук репчатый	12,9	15,4
Соль йодированная	0,4	0,4
Капуста белокочанная	32,4	40,4
Масло подсолнечное рафинированое	6,4	6,4
Лавровый лист	0,01	0,01
Масло сладко-сливочное несоленое	8	8
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 42 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	42	42
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	40
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ, 200 г</b>		
Сок яблочный	200	200