

# МЕНЮ

05-08.11.2012

1 день	2 день	3 день	4 день
<b>Завтрак</b>			
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10) 220	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ (55/50) 105	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 100	КОТЛЕТА ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (60/50) 110
СЫР (ТОПЛИЯМИ) 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 170
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ВАФЛИ ФАСОВАННЫЕ (40гр) 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 51	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 46
	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207		
<b>Обед</b>			
СЛП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСНЫМИ ЛЕНИНГРАДСКИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10) 285	РАССОЛНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10) 285	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10) 285
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ СВИНИНЫ (50/150) 200	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/50) 100	СЛП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) (250/25) 275	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50) 110
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150	ШНИГЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ СО СОУСОМ (60/50) 110	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 160
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 36	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 36
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 46	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200	

## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 5 ноября 2024 г.

Наименование блюда, продукта		1 порция, г	брутто
------------------------------	--	-------------	--------

## Завтрак

<b>КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10), 220 г</b>			
Соль йодированная	1	1	1
Крупа рисовая	13,96	14,1	14,1
Пшеница	19,01	19,2	19,2
Молоко пастер. 3,2% жирности	100	100	100
Сахар песок	16	16	16
Масло сливочное несоленое	10	10	10
<b>СЫР (ПОРЦИЯ), 50 г</b>			
Сыр российский	50	54,9	54,9
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г</b>			
Хлеб пшеничный, формовой муки высш. сорт	30	30	30
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7), 207 г</b>			
Сахар песок	15	15	15
Лимон	7,02	7,8	7,8
Чай черный байховый	0,5	0,5	0,5
<b>Дополнительная витаминизация</b>			
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ, 200 г</b>			
Сок яблочный	200	200	200
<b>Обед</b>			
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МАСЛЯНЫМ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.), (250/25), 275 г</b>			
Картофель	74,97	107,1	107,1
Макаронные изделия высш. сорт	10	10	10
Морковь	10	12,5	12,5
Лук репчатый	12,5	14,9	14,9
Масло подсолнечное рафинированное	2,5	2,5	2,5
Соль йодированная	2	2	2
Куриная грудка филе	28,52	29,1	29,1
Яйца куриные (шт.)	1,61	0,04	0,04
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ СВИНИНЫ (50/150), 200 г</b>			
Свинина мясная	74,03	87,1	87,1
Картофель	119,98	171,4	171,4
Лук репчатый	12,01	14,3	14,3
Томатная паста	7,2	7,2	7,2
Соль йодированная	2,7	2,7	2,7
Масло подсолнечное рафинированное	7,2	7,2	7,2
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 32 г</b>			
Хлеб пшеничный, формовой муки высш. сорт	32	32	32
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г</b>			
Хлеб ржано-пшеничный обогр. микронтриентами	30	30	30
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ, 200 г</b>			
Фрукты свежие	40,04	45,5	45,5
Сахар песок	24	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2	0,2

## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 6 ноября 2024 г.

Наименование блюда, продукта	нетто	брутто
	1 порция, г	

## Завтрак

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	4	5
Лук репчатый	2,02	2,4
Томатная паста	10	10
Сахар песок	1,3	1,3

## МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 200 г

Масло сливочно-сливочное несоленое	7,1	7,1
Макаронные изделия высш.сорт	65,7	65,7
Соль йодированная	3,3	3,3

## ВАФЛИ ФАСОВАННЫЕ (40гр), 40 г

Вафли фасованные (40гр)	40	1
-------------------------	----	---

## ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 51 г

Хлеб пшеничный.формовой мука высш.сорт	51	51
--	----	----

## ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г

Хлеб ржано-пшеничный обор. 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 С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ (ФИЛЕ КР.)

## И СМЕТАНОМ (250/25/10), 285 г

Куриная грудка филе	28,52	29,1
Яйца куриные (шт.)	1,61	0,04
Картофель	74,97	107,1
Крупа перловая	5,05	5,1
Морковь	10	12,5
Лук репчатый	7,54	9
Орuchy солёные	15	15
Масло подсолнечное рафинированное	5	5
Соль йодированная	8	8
Сметана 20% жирности	10	10

## 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	66,6	67,2
Масло сливочно-сливочное несоленое	9,4	9,4
Соль йодированная	1,4	1,4

## ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г

Хлеб пшеничный.формовой мука высш.сорт	40	40
--	----	----

## ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г

Хлеб ржано-пшеничный обор. микронутриентами	30	30
---	----	----

## КОМОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г

Сухофрукты (сесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2

## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 7 ноября 2024 г.

1 порция, г	Наименование блюда, подюкта	
	нетто	брутто

## Завтрак

98,7	78,8	Капуста белокочанная
0,3	0,3	Лимонная кислота
5	5	Сахар песок
5	5	Масло подсолнечное рафинированное

## САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ, 100 г

73,5	72,03	Куринная грудка филе
9,3	9,3	Масло подсолнечное рафинированное
12,5	10,5	Лук репчатый
15	12	Морковь
6,7	6,7	Томатная паста
53	52,47	Курля рисовая

## ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 70 г

70	70	Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт
----	----	--------------------------------------

## ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г

60	60	Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами
----	----	---

## ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7), 207 г

15	15	Сахар песок
7,8	7,02	Лимон
0,5	0,5	Чай черный байховый

## Дополнительная витаминизация

## СОК ФРУКТОВЫЙ, 200 г

200	200	Сок яблочный
-----	-----	--------------

## Обед

## ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ, 60 г

18,7	13,09	Картофель
11,3	9,04	Свекла
7,5	6	Морковь
18	18	Огурцы соленые
10,7	9	Лук репчатый
6	6	Масло подсолнечное рафинированное

## СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.)

71,4	49,98	Картофель
20,1	20	Горох лущеный
14,9	12,5	Лук репчатый
15,6	12,48	Морковь
5	5	Масло подсолнечное рафинированное
2	2	Соль йодированная
29,1	28,52	Куринная грудка филе
0,04	1,61	Яйца куриные (шт.)

## ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ СО СОУСОМ (60/50), 110 г

2,0	2,0	Соль йодированная
52,2	44,37	Свинина мясная
10,8	10,8	Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт
6	6	Сухари панировочные
5,1	5,1	Масло подсолнечное рафинированное
2,5	2,5	Мука пшеничная высш.сорт

Морковь	4	5
Лук репчатый	2,02	2,4
Томатная паста	10	10
Сахар песок	1,3	1,3
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 200 г</b>		
Масло сладко-сливочное несоленое	7,1	7,1
Макаронные изделия высшего сорта	65,7	65,7
Соль йодированная	3,3	3,3
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 70 г</b>		
Хлеб пшеничный, формовой муки высшего сорта	70	70
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 41 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обогр. микронутриентами	41	41
<b>КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ, 200 г</b>		
Фрукты свежие	40,04	45,5
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2

## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 8 ноября 2024 г.

Наименование блюда, продукта		1 порция, г
нетто	брутто	

## Завтрак

2,0	2,0	Соль йодированная
45,3	44,39	Куриная грудка филе
10,8	10,8	Хлеб пшеничный, формовой муки высш. сорт
6	6	Сухари панировочные
5,1	5,1	Масло подсолнечное рафинированное
2,5	2,5	Мука пшеничная высш. сорт
5	4	Морковь
2,4	2,02	Лук репчатый
10	10	Томатная паста
1,3	1,3	Сахар песок

## КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ, 170 г

203,4	142,38	Картофель
24,2	24,2	Молоко пастер. 3,2% жирности
13,0	13,0	Масло сладко-сливочное несоленое
8,1	8,1	Масло подсолнечное рафинированное
1,8	1,8	Соль йодированная

## ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г

60	60	Хлеб пшеничный, формовой муки высш. сорт
----	----	--

## ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 36 г

39	36	Хлеб ржано-пшеничный обогр. микронутриентами
----	----	--

## КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г

20	20	Сухофрукты (смесь)
20	20	Сахар песок
0,2	0,2	Лимонная кислота

## Дополнительная витаминизация

200	200	СОК ФРУКТОВЫЙ, 200 г
200	200	Сок яблочный

## Обед

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ (Филе кур.)		
50	40	Свекла

## И СМЕТАНОМ (250/25/10), 285 г

50	40	Кануста белокочанная
28,6	20,02	Картофель
15,6	12,48	Морковь
14,9	12,49	Лук репчатый
7,5	7,5	Томатная паста
5	5	Масло подсолнечное рафинированное
2,5	2,5	Сахар песок
2	2	Соль йодированная
0,01	0,01	Лавровый лист
25	25	Сметана 20% жирности
29,1	28,52	Куриная грудка филе
0,04	1,61	Яйца куриные (шт.)

## ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50), 110 г

11,3	11,3	Сметана 20% жирности
1	1	Масло сладко-сливочное несоленое
5	5	Томатная паста

0,4	0,4	Соль йодированная
44,7	37,99	Свинина мясная
5,1	5,05	Крупа рисовая
33,3	27,97	Лук репчатый
6	6	Масло подсолнечное рафинированное
7,4	7,4	Мука пшеничная высш. сорт
<b>КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 160 г</b>		
71,7	71	Крупа гречневая ядрица
10	10	Масло сливочное несоленое
1,5	1,5	Соль йодированная
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г</b>		
60	60	Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 34 г</b>		
34	34	Хлеб ржано-пшеничный обот. микронутриентами
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ, 200 г</b>		
45,5	40,04	Фрукты свежие
24	24	Сахар песок
0,2	0,2	Лимонная кислота