

МЕНЮ

20-24.01.2025

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10) 220	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ (50/50) 100	КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ И С СОУСОМ (80/50) 130	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/50) 100	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (30/25) 55	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 160	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ 160	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ 160	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ПЕЧЕНЬЕ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 25
КАКАО С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200
	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200			
Обед				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10) 285	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) (250/25) 275	РАССОЛЬНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10) 285	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) (250/25) 275	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10) 285
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (60/50) 110	КУРИНОЕ ФИЛЕ ТУШЕННОЕ В СОУСЕ (50/50) 100	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50) 110	ПТИЦА (КУРИНОЕ ФИЛЕ), ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ (50/150) 200	ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200) 250
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ 160	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ 180	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 160	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207
СОК ФРУКТОВЫЙ 200	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200		

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 20 января 2025 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10), 220 г		
Крупа рисовая	49,99	50,5
Молоко пастер. 3,2% жирности	100	100
Сахар песок	16	16
Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (30/25), 55 г		
Сыр российский	25	25
Батон простой	30	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
КАКАО С МОЛОКОМ, 200 г		
Какао-порошок	4	4
Молоко пастер. 3,2% жирности	100	100
Сахар песок	20	20
Обед		
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10), 285 г		
Капуста белокочанная	50	62,5
Картофель	30,03	46,2
Морковь	12,46	16,6
Лук репчатый	12,5	14,9
Томатная паста	2,5	2,5
Масло подсолнечное рафинированное	5	5
Соль йодированная	2	2
Сметана 20% жирности	10	10
Куриная грудка филе	28,52	29,1
Яйца куриные (шт.)	1,61	0,04
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (60/50), 110 г		
Куриная грудка филе	42,04	42,9
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	9,6	9,6
Молоко пастер. 3,2% жирности	14,4	14,4
Сухари панировочные	6	6
Масло подсолнечное рафинированное	5,1	5,1
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
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ, 160 г		
Крупа перловая	50,1	50,6
Масло сладко-сливочное несоленое	10,1	10,1
Соль йодированная	1,5	1,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	60
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 45 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	45	45
СОК ФРУКТОВЫЙ, 200 г		
Сок яблочный	200	200

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 21 января 2025 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ (50/50), 100 г		
Сосиски молочные	50,05	50,3
Соль йодированная	3,5	3,5
Масло подсолнечное рафинированое	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
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 160 г		
Масло сладко-сливочное несоленое	5,7	5,7
Макаронные изделия высш.сорт	53,4	53,4
Соль йодированная	2,6	2,6
ПЕЧЕНЬЕ, 50 г		
Печенье сахарное мука высш.сорт	50	50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 55 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	55	55
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	30
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ, 200 г		
Фрукты свежие	40,04	45,5
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2
Обед		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) (250/25), 275 г		
Картофель	49,99	76,9
Горох лущеный	20	20,1
Лук репчатый	12,5	14,9
Морковь	12,52	16,7
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Соль йодированная	2	2
Куриная грудка филе	28,52	29,1
Яйца куриные (шт.)	1,61	0,04
КУРИНОЕ ФИЛЕ ТУШЕННОЕ В СОУСЕ (50/50), 100 г		
Куриная грудка филе	74,97	76,5
Масло подсолнечное рафинированое	3,5	3,5
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
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ, 180 г		
Картофель	133,19	204,9
Лавровый лист	0,02	0,02
Масло подсолнечное рафинированое	12,2	12,2
Мука пшеничная высш.сорт	2,2	2,2
Морковь	3,6	4,8

Лук репчатый	37,8	45,0
Томатная паста	9,2	9,2
Соль йодированная	0,4	0,4
Сахар песок	1,2	1,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	60
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	40
ЧАЙ С САХАРОМ (185/15), 200 г		
Чай черный байховый	1	1
Сахар песок	15	15

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 22 января 2025 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ И С СОУСОМ (80/50), 130 г		
Соль йодированная	2,5	2,5
Масло подсолнечное рафинированое	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
Куриная грудка филе	76,05	77,6
Крупа рисовая	7,03	7,1
Молоко пастер. 3,2% жирности	8	8
Масло сладко-сливочное несоленое	3	3
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ, 160 г		
Соль йодированная	1,6	1,6
Горох лущеный	74,2	74,4
Масло сладко-сливочное несоленое	5,9	5,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	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		
РАССОЛЬНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10), 285 г		
Куриная грудка филе	28,52	29,1
Яйца куриные (шт.)	1,61	0,04
Картофель	75,01	115,4
Крупа перловая	5,05	5,1
Морковь	9,98	13,3
Лук репчатый	7,54	9
Огурцы соленые	15	15
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Соль йодированная	8	8
Сметана 20% жирности	10	10
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50), 110 г		
Сметана 20% жирности	11,3	11,3
Масло сладко-сливочное несоленое	1	1
Томатная паста	5	5
Соль йодированная	0,4	0,4
Свинина мясная	37,99	44,7
Крупа рисовая	5,05	5,1
Лук репчатый	27,97	33,3
Масло подсолнечное рафинированое	6	6
Мука пшеничная высш.сорт	7,4	7,4
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 160 г		
Крупа гречневая ядрица	70,9	71,6

Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
Соль йодированная	1,5	1,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 55 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	55	55
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	40
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г		
Сухофрукты (смесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 23 января 2025 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 рафинированое	5	5
Лук репчатый	10	11,9
Томатная паста	8	8
Мука пшеничная высш.сорт	2	2
Соль йодированная	3	3
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ, 160 г		
Крупа рисовая	54,1	54,6
Масло сладко-сливочное несоленое	10,2	10,2
Соль йодированная	1,5	1,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 45 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	45	45
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	40
ЧАЙ С САХАРОМ (185/15), 200 г		
Чай черный байховый	1	1
Сахар песок	15	15
Обед		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) (250/25), 275 г		
Картофель	75,01	115,4
Макаронные изделия высш.сорт	10	10
Морковь	9,98	13,3
Лук репчатый	12,5	14,9
Масло подсолнечное рафинированое	2,5	2,5
Соль йодированная	2	2
Куриная грудка филе	28,52	29,1
Яйца куриные (шт.)	1,61	0,04
ПТИЦА (КУРИНОЕ ФИЛЕ), ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ (50/150), 200 г		
Куриная грудка филе	74,97	76,5
Масло подсолнечное рафинированое	9,6	9,6
Картофель	75,01	115,4
Морковь	41,48	55,3
Лук репчатый	17,03	20,2
Мука пшеничная высш.сорт	2,4	2,4
Томатная паста	10,2	10,2
Соль йодированная	0,4	0,4
Сахар песок	1,3	1,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 45 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	45	45
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	30
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ, 200 г		
Фрукты свежие	40,04	45,5
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 24 января 2025 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150), 200 г		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Картофель	119,99	184,6
Лук репчатый	12,01	14,3
Томатная паста	7,2	7,2
Соль йодированная	2,7	2,7
Масло подсолнечное рафинированое	7,2	7,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 25 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	25	25
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ, 200 г		
Фрукты свежие	40,04	45,5
Сахар песок	24	24
Лимонная кислота	0,2	0,2
Обед		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10), 285 г		
Свекла	39,98	53,3
Капуста белокочанная	20	25
Картофель	20,02	30,8
Морковь	12,46	16,6
Лук репчатый	12,49	14,9
Томатная паста	7,5	7,5
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Сахар песок	2,5	2,5
Соль йодированная	2	2
Лавровый лист	0,01	0,01
Сметана 20% жирности	15	15
Куриная грудка филе	28,52	29,1
Яйца куриные (шт.)	1,61	0,04
ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200), 250 г		
Куриная грудка филе	72,03	73,5
Масло подсолнечное рафинированое	11,7	11,7
Лук репчатый	14,03	16,7
Морковь	15,98	21,3
Томатная паста	10	10
Крупа рисовая	69,99	70,7
Соль йодированная	3,5	3,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 50 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	50	50
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