

МЕНЮ

20-24.10.25

20.окт	21.окт	22.окт	23.окт	24.окт
Завтрак				
КУРИНОЕ ФИЛЕ ТУШЕННОЕ В СОУСЕ (50/50) 100	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10) 220	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ (60/50) 110	ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (190/10) 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 45	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 160	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207			ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207	
Обед				
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ПОРЦИОННО 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ "ОСЕННИЙ" 60	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ПОРЦИОННО 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНый ПОРЦИОННО 30
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ И МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) (250/12,5) 262	РАССОЛЬНИК ПО- ЛЕНИНГРАДСКИ С МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/12,5/10) 272	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/12,5/10) 272	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) (250/12,5) 262	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/12,5/10) 272
ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ СО СОУСОМ (60/50) 110	БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) С СОУСОМ (60/50) 110	КОТЛЕТА ИЗ СВИНИНЫ СО СОУСОМ (60/50) 110	РЫБА (МИНТАЙ) ЖАРЕНАЯ С МАСЛОМ (50/5) 55	КОТЛЕТА ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (50/50) 100
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ (160) 160	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ (150/10) 160	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (155/5) 160	РИС С ОВОЩАМИ (160) 160	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ (145/5) 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

20.10.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг. ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУРИНОЕ ФИЛЕ ТУШЕННОЕ В СОУСЕ (50/50)	100		14,14	20,23	3,60	251,59
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	76,53	75	13,24	13,39	0,00	173,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
МОРКОВЬ	5	4	0,05	0,00	0,27	1,36
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0,03	0,00	0,16	0,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10	10	0,47	0,00	1,84	9,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,25	1,25	0,00	0,00	1,21	4,84
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (190/10)	200		7,04	6,50	44,92	266,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	65,6	65,6	7,00	0,82	44,86	215,08
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,4	3,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	394,9	394,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,1	7,1	0,04	5,68	0,06	51,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,60	0,29	23,68	111,78
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,60	0,29	23,68	111,78
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7)	207		0,16	0,01	14,92	61,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	7,813	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,59	27,38	104,08	773,11
Обед						
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ПОРЦИОННО	40		1,20	0,08	2,52	15,52
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	57,2	40	1,20	0,08	2,52	15,52
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ И МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) (250/12,5)	262		4,62	5,08	20,51	146,37
КАРТОФЕЛЬ	100	75	1,46	0,29	11,86	56,02
КРУПА РИСОВАЯ	10,1	10	0,68	0,10	7,18	32,30
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	19	12,5	2,21	2,23	0,00	28,86
ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ СО СОУСОМ (60/50)	110		8,63	22,81	12,44	288,34
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
МОРКОВЬ	5	4	0,05	0,00	0,27	1,36
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0,03	0,00	0,16	0,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10	10	0,47	0,00	1,84	9,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00

САХАР ПЕСОК	1,25	1,25	0,00	0,00	1,21	4,84
СВИНИНА МЯСНАЯ	52,24	44,4	6,16	14,35	0,00	153,75
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,8	10,8	0,80	0,07	5,26	24,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ (160)		160	6,05	4,87	27,54	178,11
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	48	47,52	5,81	1,52	26,32	141,97
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,16	4,16	0,02	3,33	0,03	30,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	13,2	10,56	0,14	0,01	0,71	3,59
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,05	5,92	0,08	0,01	0,48	2,36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	4,54	0,37	29,86	140,91
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	60	60	4,54	0,37	29,86	140,91
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7)		207	0,16	0,01	14,92	61,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	7,813	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,85	33,57	124,75	912,39

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

21.10.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг. ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150)	200		15,90	20,67	21,25	335,15
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	75,51	74	13,07	13,21	0,00	170,84
КАРТОФЕЛЬ	160	120	2,33	0,47	18,97	89,63
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,16	0,02	0,95	4,77
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7,2	7,2	0,34	0,00	1,33	7,12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,7	2,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,2	7,2	0,00	6,97	0,00	62,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60		4,58	0,37	30,11	142,09
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	60	60	4,58	0,37	30,11	142,09
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,26	0,43	20,90	100,55
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,26	0,43	20,90	100,55
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7)	207		0,16	0,01	14,92	61,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	7,813	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,90	21,48	87,18	639,35
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		0,82	3,05	5,15	51,81
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,2	47,4	0,82	0,05	2,16	12,87
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,9	5,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,99	11,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
РАССОЛЬНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ С МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/12,5/10)	272		4,69	9,41	16,76	171,02
КАРТОФЕЛЬ	100	75	1,46	0,29	11,86	56,02
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5	0,46	0,06	3,25	15,28
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,12	0,02	0,25	1,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	10	10	0,24	1,94	0,33	19,98
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	19	12,5	2,21	2,23	0,00	28,86
БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) С СОУСОМ (60/50)	110		9,49	20,73	11,13	267,90
СВИНИНА МЯСНАЯ	39,53	33,6	4,66	10,85	0,00	116,35
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	14,69	14,4	2,54	2,57	0,00	33,24
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9,6	9,6	0,62	0,08	3,95	18,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
МОРКОВЬ	5	4	0,05	0,00	0,27	1,36
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0,03	0,00	0,16	0,80

ТОМАТНАЯ ПАСТА	10	10	0,47	0,00	1,84	9,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,25	1,25	0,00	0,00	1,21	4,84
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ (150/10)		160	16,31	7,21	34,07	266,57
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	73,2	72,9	16,27	1,13	34,01	211,43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182	182	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,6	7,6	0,04	6,08	0,06	55,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		55	4,34	0,35	28,55	134,75
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,34	0,35	28,55	134,75
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,00	0,00	19,36	77,41
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
			38,30	41,10	131,98	1 051,04

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

22.10.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг. ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10)	220		5,93	11,73	43,46	303,97
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,98	39,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	14,14	14	0,95	0,14	10,05	45,22
ПШЕНО	19,19	19	2,12	0,49	12,98	64,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	3,10	4,56	58,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	45		10,44	13,28	0,00	163,80
СЫР РОССИЙСКИЙ	48,32	45	10,44	13,28	0,00	163,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7)	207		0,16	0,01	14,92	61,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	7,813	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,58	25,27	78,45	624,06
Обед						
САЛАТ "ОСЕННИЙ"	60		1,08	3,16	7,57	63,09
КАРТОФЕЛЬ	41,2	30,9	0,60	0,12	4,89	23,08
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3	0,04	0,01	0,25	1,23
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	3,00	0,00	26,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	15	12	0,16	0,01	0,81	4,07
СВЕКЛА	23,75	19	0,28	0,02	1,62	7,74
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/12,5/10)	272		4,57	11,16	9,78	159,11
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5	50	0,87	0,05	2,28	13,58
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МОРКОВЬ	3,13	2,5	0,03	0,00	0,16	0,85
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,5	2,5	0,12	0,00	0,47	2,47
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	20	20	0,49	3,88	0,66	39,96
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	19	12,5	2,21	2,23	0,00	28,86
КОТЛЕТА ИЗ СВИНИНЫ СО СОУСОМ (60/50)	110		8,63	22,81	12,44	288,34
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
МОРКОВЬ	5	4	0,05	0,00	0,27	1,36
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0,03	0,00	0,16	0,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10	10	0,47	0,00	1,84	9,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00

САХАР ПЕСОК	1,25	1,25	0,00	0,00	1,21	4,84
СВИНИНА МЯСНАЯ	52,24	44,4	6,16	14,35	0,00	153,75
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,8	10,8	0,80	0,07	5,26	24,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (155/5)		160	5,71	5,87	36,50	221,91
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	53,3	53,3	5,68	0,67	36,45	174,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,7	2,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	318,9	318,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0,03	5,20	0,05	47,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	4,44	0,36	29,20	137,83
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	60	60	4,44	0,36	29,20	137,83
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ		200	0,16	0,16	27,03	111,13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	45,45	40	0,16	0,16	3,80	18,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,24	43,87	139,48	1 062,99

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

23.10.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг. ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ (60/50)	110		7,48	19,79	4,55	225,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
МОРКОВЬ	6	4,8	0,06	0,00	0,32	1,63
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,9	2,4	0,03	0,00	0,19	0,95
ТОМАТНАЯ ПАСТА	12	12	0,56	0,00	2,21	11,87
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	60,3	60	6,40	13,91	0,23	151,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160		3,40	5,80	22,82	157,53
КАРТОФЕЛЬ	182,4	136,8	2,66	0,53	21,63	102,18
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	25,3	25,3	0,71	0,79	1,15	14,72
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,6	5,6	0,03	4,48	0,04	40,63
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	95,8	95,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55		4,30	0,35	28,25	133,33
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,30	0,35	28,25	133,33
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7)	207		0,16	0,01	14,92	61,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	7,813	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,99	26,30	87,50	659,10
Обед						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ПОРЦИОННО	25		0,76	0,05	1,58	9,70
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	38,5	25	0,76	0,05	1,58	9,70
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) (250/12,5)	262		5,01	5,11	20,17	146,86
КАРТОФЕЛЬ	100	75	1,46	0,29	11,86	56,02
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,07	0,13	6,84	32,79
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	19	12,5	2,21	2,23	0,00	28,86
РЫБА (МИНТАЙ) ЖАРЕНАЯ С МАСЛОМ (50/5)	55		9,59	9,42	2,08	131,50
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	127,12	60	9,25	0,52	0,00	41,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,31	0,04	2,04	9,72
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
РИС С ОВОЩАМИ (160)	160		3,48	4,33	35,06	193,30
КРУПА РИСОВАЯ	46,4	46,4	3,15	0,45	33,31	149,87

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0,02	3,84	0,04	34,82
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,48	0,48	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	96	96	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	20	16	0,20	0,02	1,07	5,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,53	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,35	0,31	15,05	72,41
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,35	0,31	15,05	72,41
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7)		207	0,16	0,01	14,92	61,56
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,10	0,00	0,20	1,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	7,813	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			24,40	19,48	108,93	710,06

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

24.10.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг. ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150)	200		16,90	22,40	40,55	431,79
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	73,47	72	12,71	12,85	0,00	166,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,3	9,3	0,00	9,01	0,00	81,10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,15	0,02	0,83	4,18
МОРКОВЬ	15	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,7	6,7	0,31	0,00	1,23	6,63
КРУПА РИСОВАЯ	53,03	52,5	3,57	0,51	37,68	169,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55		4,14	0,34	27,20	128,36
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,14	0,34	27,20	128,36
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,53	0,34	16,19	77,91
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,53	0,34	16,19	77,91
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200		0,16	0,16	27,03	111,13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	45,45	40	0,16	0,16	3,80	18,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,73	23,24	110,97	749,19
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННО	30		0,24	0,03	0,51	3,90
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,24	0,03	0,51	3,90
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/12,5/10)	272		4,80	12,10	13,75	184,41
СВЕКЛА	50	40	0,58	0,04	3,41	16,30
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,35	0,02	0,91	5,43
КАРТОФЕЛЬ	26,67	20	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МОРКОВЬ	3,13	2,5	0,03	0,00	0,16	0,85
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,91	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7,5	7,5	0,35	0,00	1,39	7,42
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0,00	0,00	2,43	9,68
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,97	0,16	9,99
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	20	20	0,49	3,88	0,66	39,96
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	19	12,5	2,21	2,23	0,00	28,86
КОТЛЕТА ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (50/50)	100		8,74	14,48	10,97	207,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,46	0,00	13,09
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5	0,26	0,03	1,70	8,10
МОРКОВЬ	5	4	0,05	0,00	0,27	1,36
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0,03	0,00	0,16	0,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10	10	0,47	0,00	1,84	9,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,25	1,25	0,00	0,00	1,21	4,84
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	37,76	37	6,53	6,61	0,00	85,42
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	9	9	0,67	0,06	4,38	20,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00

СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,64	0,00	2,99	14,49
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ (145/5)	150		8,19	9,66	36,97	267,18
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	67,2	66,6	8,14	2,13	36,89	198,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,4	9,4	0,05	7,53	0,08	68,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99,8	99,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,89	0,32	25,59	120,78
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,89	0,32	25,59	120,78
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,00	0,00	19,36	77,41
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
			28,51	36,94	124,11	943,00