

МЕНЮ

22-26.09.2025

22.сен	23.сен	24.сен	25.сен	26.сен
Завтрак				
КУРИНОЕ ФИЛЕ ТУШЕННОЕ В СОУСЕ (50/50) 100	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (60/10) 70	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10) 220	ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200) 250
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 160	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ (ПОРЦИОННО) 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 50	ПРЯНИКИ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207		ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 25		
		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207		
Обед				
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 35	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 40	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) (250/12,5) 262	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 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	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) (250/12,5) 262	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ) (50/50) 100	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	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ 150	КОТЛЕТА ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (50/50) 100
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ (160) 160	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ 160	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 160	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

22.09.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая 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	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		3,59	0,29	23,58	111,31
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,59	0,29	23,58	111,31
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	7,78	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,58	27,38	103,98	772,64
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	60		0,66	0,12	2,29	14,45
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	63,4	60,2	0,66	0,12	2,29	14,45
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		4,58	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		3,32	0,44	21,24	102,18
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,32	0,44	21,24	102,18
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	7,78	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			28,02	33,70	129,05	933,10

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

23.09.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая 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	4,7
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		3,27	0,43	20,94	100,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50	3,27	0,43	20,94	100,76
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	7,78	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,91	21,48	87,22	639,56
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	35		0,28	0,04	0,88	4,90
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	35	35	0,28	0,04	0,88	4,90
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	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		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		30	2,09	0,28	13,35	64,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,09	0,28	13,35	64,25
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	7,78	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			36,07	37,93	111,18	930,93

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

24.09.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (60/10)	70		6,45	21,91	0,31	224,46
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
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160		5,64	5,22	35,95	213,49
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,61	0,66	35,90	172,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,7	2,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	315,9	315,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,7	5,7	0,03	4,56	0,05	41,36
ПРЯНИКИ	30		1,77	1,41	22,50	109,80
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	30	30	1,77	1,41	22,50	109,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,74	0,23	11,15	53,64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,74	0,23	11,15	53,64
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	7,78	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,05	28,97	99,88	734,00
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	50		0,88	2,56	3,47	40,82
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	56,2	45	0,81	0,05	2,12	12,60
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	1,00	3,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,50	0,00	22,48
МОРКОВЬ	6,25	5	0,07	0,01	0,35	1,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) (250/12,5)	262		7,94	7,61	18,87	176,05
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20,1	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	15,63	12,5	0,16	0,01	0,83	4,25
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	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
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
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		160	3,30	18,36	22,32	268,14
КАРТОФЕЛЬ	178,67	134	2,60	0,52	21,18	100,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22,8	22,8	0,64	0,71	1,04	13,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0,02	3,69	0,04	33,38
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,6	7,6	0,00	7,36	0,00	66,27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,6	7,6	0,04	6,08	0,06	55,14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	106,7	106,7	0,00	0,00	0,00	0,00
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	2,44	0,32	15,60	75,06
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,44	0,32	15,60	75,06
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	7,78	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			26,40	51,92	107,69	1 004,70

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

25.09.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10)	220		8,44	12,42	54,57	364,60
ПШЕНО	50,51	50	5,58	1,32	34,14	170,72
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	3,10	4,56	58,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,98	39,90
СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ (ПОРЦИОННО)	50		11,60	14,75	0,00	182,00
Сыр плавленый (ПОРЦ./50ГР)	1 шт.	50	11,60	14,75	0,00	182,00
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 (185/15)	200		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			23,29	27,52	89,64	701,33
Обед						
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, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ) (50/50)	100		10,42	5,43	5,89	115,18
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ	123	62	9,56	0,54	0,00	43,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19	19	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	23,75	19	0,24	0,02	1,27	6,45
МОРКОВЬ	3,75	3	0,04	0,00	0,20	1,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10	10	0,47	0,00	1,84	9,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150		3,48	8,02	36,40	231,65
КРУПА РИСОВАЯ	51,1	50,6	3,43	0,49	36,32	163,45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,4	9,4	0,05	7,53	0,08	68,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	106,3	106,3	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0,00	0,00	0,00	0,00
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	25		1,67	0,22	10,72	51,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,67	0,22	10,72	51,60
ЧАЙ С САХАРОМ (185/15)	200		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			23,83	19,13	108,25	700,02

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

26.09.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200)	250		18,32	24,92	54,28	515,24
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	73,47	72	12,71	12,85	0,00	166,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	11,7	11,7	0,00	11,34	0,00	102,02
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,67	14	0,19	0,03	1,12	5,57
МОРКОВЬ	20	16	0,20	0,02	1,07	5,43
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10	10	0,47	0,00	1,84	9,89
КРУПА РИСОВАЯ	70,71	70	4,75	0,68	50,25	226,11
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0,00	0,00	0,00	0,00
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	40		2,47	0,33	15,81	76,08
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,47	0,33	15,81	76,08
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
			23,84	25,50	109,52	763,46
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	30		0,33	0,06	1,14	7,20
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30	30	0,33	0,06	1,14	7,20
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		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		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		30	1,92	0,26	12,29	59,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,92	0,26	12,29	59,15
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
			27,19	36,97	122,22	931,54