

# МЕНЮ

27-31.01.25

27.январь	28.январь	29.январь	30.январь	31.январь
<b>ЗАВТРАК</b>				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10) 220	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 25	КУРИНОЕ ФИЛЕ ТУШЕННОЕ В СОУСЕ (50/50) 100	КОТЛЕТА ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50) 110	ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200) 250
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 30	КОТЛЕТА ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (60/50) 110	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 160	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 170	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 45	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207			
<b>ОБЕД</b>				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10) 285	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 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 БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) (250/25) 275	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10) 285
КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ И С СОУСОМ (80/50) 130	БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) С СОУСОМ (60/50) 110	РАГУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ) (50/50) 100	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150) 200
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 160	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ 160	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ 160	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 35	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 60	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/7) 207	СОК ФРУКТОВЫЙ 200		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200	

## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 27 января 2025 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10), 220 г</b>		
Соль йодированная	1	1
Крупа рисовая	13,96	14,1
Пшено	19,01	19,2
Молоко пастер. 3,2% жирности	100	100
Сахар песок	16	16
Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
<b>СЫР (ПОРЦИЯМИ), 30 г</b>		
Сыр российский	30	31
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 55 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	55	55
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ, 200 г</b>		
Кофейный напиток	5	5
Сахар песок	20	20
Молоко пастер. 3,2% жирности	100	100
<b>Обед</b>		
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10), 285 г</b>		
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 рафинированое	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
<b>КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ И С СОУСОМ (80/50), 130 г</b>		
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
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 160 г</b>		
Масло сладко-сливочное несоленое	5,7	5,7
Макаронные изделия высш.сорт	51	51
Соль йодированная	2,7	2,7
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 35 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	35	35
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	30
<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



## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 28 января 2025 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ, 25 г</b>		
Огурцы соленые	25	25
<b>КОТЛЕТА ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (60/50), 110 г</b>		
Соль йодированная	2,0	2,0
Куриная грудка филе	44,39	45,3
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	10,8	10,8
Сухари панировочные	6	6
Масло подсолнечное рафинированое	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
Сахар песок	1,3	1,3
<b>КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ, 180 г</b>		
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
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	60
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 45 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	45	45
<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 С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) (250/25), 275 г</b>		
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
<b>БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) С СОУСОМ (60/50), 110 г</b>		
Свинина мясная	33,57	39,5
Куриная грудка филе	14,41	14,7
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	9,6	9,6
Сухари панировочные	6	6
Масло подсолнечное рафинированое	3,9	3,9
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
<b>ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ, 160 г</b>		
Соль йодированная	1,6	1,6
Горох лущеный	72,9	73,1
Масло сладко-сливочное несоленое	7,7	7,7
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	60
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 35 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	35	35
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ, 200 г</b>		
Сок яблочный	200	200

## МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 29 января 2025 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>КУРИНОЕ ФИЛЕ ТУШЕННОЕ В СОУСЕ (50/50), 100 г</b>		
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
<b>КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 160 г</b>		
Крупа гречневая ядрица	71,2	72
Масло сладко-сливочное несоленое	10,4	10,4
Соль йодированная	1,6	1,6
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 50 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	50	50
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 35 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	36	36
<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 С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10), 285 г</b>		
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
<b>РАГУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150), 200 г</b>		
Куриная грудка филе	72,03	73,5
Масло подсолнечное рафинированое	6,8	6,8
Картофель	96,01	147,7
Морковь	20,4	27,2
Томатная паста	7,2	7,2
Лук репчатый	12,01	14,3
Мука пшеничная высш.сорт	1,2	1,2
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 35 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	35	35
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 20 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	20	20
<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 30 января 2025 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>КОТЛЕТА ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50), 110 г</b>		
Соль йодированная	2,0	2,0
Свинина мясная	44,37	52,2
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	10,8	10,8
Сухари панировочные	6	6
Масло подсолнечное рафинированое	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
Сахар песок	1,3	1,3
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 170 г</b>		
Масло сладко-сливочное несоленое	5,6	5,6
Макаронные изделия высш.сорт	50,7	50,7
Соль йодированная	2,8	2,8
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	60
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 50 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	50	50
<b>СОК ФРУКТОВЫЙ, 200 г</b>		
Сок яблочный	200	200
<b>Обед</b>		
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) (250/25), 275 г</b>		
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
<b>РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ) (50/50), 100 г</b>		
Рыба минтай неразделанный	62	123
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>КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ, 160 г</b>		
Крупа рисовая	54,1	54,6
Масло сладко-сливочное несоленое	10,1	10,1
Соль йодированная	1,5	1,5
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	60
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	60	60
<b>КОМПОТ 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 31 января 2025 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
<b>Завтрак</b>		
<b>ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200), 250 г</b>		
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
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	60
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	30	30
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г</b>		
Сухофрукты (смесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2
<b>Обед</b>		
<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/25/10), 285 г</b>		
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
<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/150), 200 г</b>		
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
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 60 г</b>		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	60	60
<b>ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г</b>		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	40	40
<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