

МЕНЮ

29.09-03.10.25

29.сен	30.июн	01.окт	02.окт	03.окт
Завтрак				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10) 220	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ (50/50) 100	ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200) 250	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10) 220
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 30	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (150/10) 160	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	КОТЛЕТА ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (60/50) 110	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ (25/30/10) 65
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 10	ВАФЛИ ФАСОВАННЫЕ (25гр) 25	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 60	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ (160) 160	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 40	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200	
Обед				
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 30	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННО 30	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 30	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 30	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) (250/12,5) 262	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/12,5/10) 272	РАССОЛЬНИК ПО- ЛЕНИНГРАДСКИ С МЯСОМ (ФИЛЕ КУР.) И СМЕТАНОЙ (250/12,5/10) 272	БОРЩ С КАПУСТОЙ И 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
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/50) 100	КОТЛЕТА ИЗ СВИНИНЫ СО СОУСОМ (60/50) 110	КУРИНОЕ ФИЛЕ ЖАРЕНОЕ КУСОЧКОМ 50	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50) 110	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ (50/50) 100
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ (150/10) 160	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (145/5) 150	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ С МАСЛОМ (140/10) 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 160
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ 35
ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (185/15/7) 207

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

29.09.2025

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 НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30		6,96	8,85	0,00	109,20
СЫР РОССИЙСКИЙ	33,52	30	6,96	8,85	0,00	109,20
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10		0,05	8,25	0,08	74,80
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
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	7,78	7	0,06	0,01	0,20	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,15	29,09	78,53	644,26
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
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
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/50)	100		13,79	18,11	3,63	232,82
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	75,51	74	13,07	13,21	0,00	170,84
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8	0,37	0,00	1,47	7,92
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,21	0,03	1,36	6,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ (150/10)	160		8,73	10,27	39,40	284,68
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	71,72	71	8,68	2,27	39,32	212,12
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	106,5	106,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	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	30		2,07	0,27	13,23	63,64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,07	0,27	13,23	63,64
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
			36,11	36,67	111,34	919,12

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

30.09.2025

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		6,24	16,49	3,79	187,59
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
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	60,25	60	5,34	11,59	0,19	126,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (155/5)	160		5,66	5,87	36,09	219,95
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,7	52,7	5,63	0,67	36,04	172,79
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,7	2,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	316,5	316,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0,03	5,20	0,05	47,16
ВАФЛИ ФАСОВАННЫЕ (25гр)	25		0,70	0,83	19,33	88,50
ВАФЛИ ФАСОВАННЫЕ (25гр)	1 шт.	25	0,70	0,83	19,33	88,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45		3,23	0,26	21,23	100,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,23	0,26	21,23	100,17
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
			18,64	23,81	112,32	739,35
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
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
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150		3,21	10,96	22,71	203,12
КАРТОФЕЛЬ	148	111	2,15	0,43	17,55	82,91
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	8,8	8,8	0,21	1,71	0,29	17,59
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,7	2,7	0,28	0,04	1,83	8,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26	26	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,5	3,5	0,16	0,00	0,65	3,46
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35,7	30	0,41	0,06	2,39	11,93
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,81	0,00	52,32
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	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		1,60	0,21	10,26	49,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,60	0,21	10,26	49,36
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
			21,50	45,52	90,77	858,56

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

01.10.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг. ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200)	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	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	60		3,80	0,51	24,33	117,07
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	60	3,80	0,51	24,33	117,07
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
			26,86	25,81	123,64	835,96
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
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
КУРИНОЕ ФИЛЕ ЖАРЕНОЕ КУСОЧКОМ	50		13,27	16,30	0,03	199,56
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	76,53	75	13,24	13,39	0,00	173,15
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	1	1	0,03	0,19	0,03	2,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0,00	2,72	0,00	24,41
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (145/5)	150		5,39	4,87	34,44	203,36
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50,3	50,3	5,36	0,63	34,40	164,91
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,4	2,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	301,8	301,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,3	5,3	0,03	4,24	0,04	38,45
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		2,25	0,30	14,41	69,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,25	0,30	14,41	69,35
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
			29,18	31,29	101,85	805,22

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

02.10.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг. ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60		0,74	6,10	4,28	75,39
КАРТОФЕЛЬ	17,33	13	0,25	0,05	2,06	9,71
СВЕКЛА	11,25	9	0,14	0,01	0,77	3,67
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	18	18	0,14	0,02	0,31	2,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9	0,13	0,02	0,74	3,69
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,99	0,00	53,94
КОТЛЕТА ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (60/50)	110		10,31	16,38	12,44	237,09
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	45,31	44,4	7,84	7,92	0,00	102,50
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	55		4,33	0,35	28,50	134,51
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	55	55	4,33	0,35	28,50	134,51
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
			24,24	28,21	116,75	817,81
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30		0,42	1,52	2,58	25,92
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	29,6	23,7	0,42	0,02	1,08	6,44
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,50	5,99
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49
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
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50)	110		7,28	21,29	12,16	269,97
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	11,3	11,3	0,27	2,19	0,37	22,58
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,4	3,4	0,36	0,04	2,31	11,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,8	33,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,23	0,00	0,92	4,95
СВИНИНА МЯСНАЯ	44,71	38	5,27	12,27	0,00	131,59
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	5,05	5	0,34	0,05	3,59	16,15
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,43	18	0,24	0,04	1,44	7,16
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ С МАСЛОМ (140/10)	150		4,28	8,03	30,52	211,51
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	47,3	46,9	4,23	0,50	30,44	143,31
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,4	9,4	0,05	7,53	0,08	68,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,32	0,19	15,25	71,99
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,32	0,19	15,25	71,99
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200		0,23	0,06	22,44	92,54
ЯГОДНАЯ СМЕСЬ	31,58	30	0,23	0,06	3,08	15,13
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173	173	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,32	43,45	109,42	917,53

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

03.10.2025

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерг. ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10)		220	6,26	11,59	56,32	355,39
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,98	39,90
КРУПА РИСОВАЯ	50,51	50	3,40	0,49	35,89	161,51
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
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ (25/30/10)		65	8,45	16,18	14,81	240,29
СЫР РОССИЙСКИЙ	28,43	25,85	6,00	7,63	0,00	94,09
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
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
			14,87	27,78	86,05	657,24
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО		50	0,40	0,05	1,25	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50,6	50	0,40	0,05	1,25	7,00
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
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ (60/50)		110	6,24	16,49	3,79	187,59
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
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	60,25	60	5,34	11,59	0,19	126,59
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		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	2,28	0,30	14,58	70,16
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,28	0,30	14,58	70,16
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
			20,54	28,01	97,60	725,43