

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 7 ноября 2022 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
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 160 г		
Масло сладко-сливочное несоленое	5,6	5,6
Макаронные изделия высш.сорт	53,9	53,9
Соль йодированная	2,6	2,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 39 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	39	39
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА, 200 г		
Шиповник сухой	20	20
Сахар песок	20	20
Обед		
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ПОРЦИОННО, 35 г		
Кукуруза консервы	35	51,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ), 250 г		
Картофель	49,98	71,4
Горох лущеный	20	20,1
Лук репчатый	10	11,9
Морковь	12,48	15,6
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Соль йодированная	2	2
ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200), 250 г		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Соль йодированная	2,5	2,5
Лук репчатый	10	11,9
Масло подсолнечное рафинированое	10	10
Морковь	16	20
Томатная паста	16	16
Крупа рисовая	68,01	68,7
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 СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г		
Сухофрукты (смесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 8 ноября 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С СОУСОМ (80/40), 120 г		
Соль йодированная	2,5	2,5
Куриная грудка филе	59,2	60,4
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	14,4	14,4
Молоко пастер. 3,2% жирности	20,8	20,8
Сухари панировочные	8	8
Масло подсолнечное рафинированое	6,0	6,0
Мука пшеничная высш.сорт	2	2
Морковь	3,2	4
Лук репчатый	1,6	1,9
Томатная паста	8	8
Сахар песок	1	1
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 150 г		
Крупа гречневая ядрица	66,6	67,2
Масло сладко-сливочное несоленое	9,1	9,1
Соль йодированная	1,4	1,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
ЧАЙ С САХАРОМ (185/15) 200 г		
Чай черный байховый	1	1
Сахар песок	15	15
Обед		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, И СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г		
Свекла	40	50
Капуста белокочанная	20	25
Картофель	20,02	28,6
Морковь	12,48	15,6
Лук репчатый	9,99	11,9
Томатная паста	7,5	7,5
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Сахар песок	2,5	2,5
Соль йодированная	3	3
Лавровый лист	0,01	0,01
Сметана 20% жирности	15	15
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (60/50), 110 г		
Свинина мясная	37,99	44,7
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	8	8
Лук репчатый	19,99	23,8
Масло подсолнечное рафинированое	6	6
Мука пшеничная высш.сорт	8,3	8,3
Сметана 20% жирности	12,9	12,9
Томатная паста	5	5
Соль йодированная	2,4	2,4
КАПУСТА ТУШЕНАЯ, 200 г		
Соль йодированная	2	2
Капуста белокочанная	228	285,1
Лимонная кислота	1,9	1,9
Масло подсолнечное рафинированое	8	8
Томатная паста	12	12
Морковь	5,12	6,4
Лук репчатый	8	9,5
Лавровый лист	0,01	0,01
Мука пшеничная высш.сорт	2	2
Сахар песок	6	6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 50 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	50	50
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 36 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	36	36
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА, 200 г		
Шиповник сухой	20	20
Сахар песок	20	20

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 9 ноября 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
КАША РИСОВАЯ С ИЗЮМОМ, С МАСЛОМ И САХАРОМ (200/10/10), 220 г		
Крупа рисовая	41,98	42,4
Молоко пастер. 3,2% жирности	100	100
Сахар песок	15	15
Виноград сушеный (изюм)	10	10
Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (30/30), 60 г		
Джем	30	30
Батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами	30	30
ВАФЕЛЬНЫЙ ТОРТИК, 40 г		
Вафельный торт	40	1
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		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, 250 г		
Картофель	74,97	107,1
Макаронные изделия высш.сорт	10	10
Морковь	10	12,5
Лук репчатый	10	11,9
Масло подсолнечное рафинированное	2,5	2,5
Соль йодированная	2	2
КНЕЛИ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С РИСОМ С МАСЛОМ (80/5), 85 г		
Соль йодированная	2	2
Куриная грудка филе	67,6	68,9
Крупа рисовая	6,2	6,3
Молоко пастер. 3,2% жирности	7,1	7,1
Масло сладко-сливочное несоленое	7,7	7,7
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 160 г		
Крупа гречневая ядрица	71,38	72,1
Масло сладко-сливочное несоленое	10	10
Соль йодированная	1,8	1,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 52 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	52	52
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 50 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	50	50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г		
Сухофрукты (смесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
на 10 ноября 2022 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	114,31	163,3
Лук репчатый	11,43	13,6
Томатная паста	6,9	6,9
Масло подсолнечное рафинированое	6,9	6,9
Соль йодированная	2	2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 44 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	44	44
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
Обед		
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ, 50 г		
Картофель	10,92	15,6
Свекла	7,52	9,4
Морковь	5,04	6,3
Огурцы соленые	15	15
Лук репчатый	7,5	8,9
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
РАССОЛЬНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ СО СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г		
Сметана 20% жирности	10	10
Картофель	74,97	107,1
Крупа перловая	5,05	5,1
Морковь	10	12,5
Лук репчатый	5,04	6
Огурцы соленые	15	15
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Соль йодированная	4	4
РЫБА (МИНТАЙ), ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (50/50), 100 г		
Рыба минтай неразделанный	62,02	131,4
Морковь	22,08	27,6
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
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 150 г		
Масло сладко-сливочное несоленое	5,3	5,3
Макаронные изделия высш.сорт	49,9	49,9
Соль йодированная	2,5	2,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	40
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 31 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	31	31
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г		
Сухофрукты (смесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

на 11 ноября 2022 г.

Наименование блюда, продукта	1 порция, г	
	нетто	брутто
Завтрак		
ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ (50/200), 250 г		
Куриная грудка филе	73,99	75,5
Соль йодированная	2,5	2,5
Масло подсолнечное рафинированое	10	10
Лук репчатый	10	11,9
Морковь	16	20
Томатная паста	16	16
Крупа рисовая	68,01	68,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 30 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	30	30
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 18 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	18	18
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (200/15/6), 207 г		
Сахар песок	15	15
Лимон	6,03	6,7
Чай черный байховый	0,5	0,5
Обед		
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (250/10), 260 г		
Сметана 20% жирности	10	10
Капуста белокочанная	50	62,5
Картофель	30,03	42,9
Морковь	12,48	15,6
Лук репчатый	10	11,9
Томатная паста	2,5	2,5
Масло подсолнечное рафинированое	5	5
Соль йодированная	2	2
ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ (75/50), 125 г		
Соль йодированная	2,7	2,7
Свинина мясная	50,4	59,3
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	12,3	12,3
Сухари панировочные	6,8	6,8
Масло подсолнечное рафинированое	5,5	5,5
Мука пшеничная высш.сорт	2,5	2,5
Морковь	4	5
Лук репчатый	2	2,4
Томатная паста	10	10
Сахар песок	1,3	1,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ, 150 г		
Крупа гречневая ядрица	66,6	67,2
Масло сладко-сливочное несоленое	9,4	9,4
Соль йодированная	1,4	1,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 47 г		
Хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	47	47
ХЛЕБ РЖ.-ПШЕНИЧНЫЙ, 45 г		
Хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами	45	45
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200 г		
Сухофрукты (смесь)	20	20
Сахар песок	20	20
Лимонная кислота	0,2	0,2