

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по безопасности,
ресурсному обеспечению и контрольной деятельности

А. Г. Комаричев
А. Г. Комаричев

" 28/12/2024г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

осень, зима, весна 2025г

УТВЕРЖДАЮ
Директор ФГБОУ "ВДЦ "Океан"



Н. В. Соловей

2024г.

01 день		02 день		03 день		04 день		05 день		07 день			
Завтрак													
Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к		
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200/10 № 55	Омлет натуральный	100 № 12.1.1	Каша манная молочная с маслом сливочным	200/10 № 6.5.1	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/10 № 6.7	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	150/10 № 6.6	Драчена	200/10 № 6.3	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/10 № 6.6.1
Колбаса в/к (поршьями)	30 № 7.3	Сардельки отварные	1шт № 7.3.1	Биточки особые	50 № 2.12	Курица отварная (голень)	1шт № 58.4	Вареники с творогом и маслом сливочным	200/10 № 5.1	Соусники отварные	2шт № 7.3.1	Колбаса в/к (поршьями)	30 № 7.3
		Хлопья кукурузные с молоком	200/18 № 14.3					Круассан	55 № 14.3	Хлопья пшеничные с молоком	200/18 № 14.3	Булочка "Серпантинка"	50 № 14.3
		Горошек зеленый	30 № 5.5.5	Помидоры "Черри"	50 № 8.6.2	Огурцы свежие (нарезка)	30 № 8.6.4			Кукуруза консервированная	30 № 5.5.5		
Масло сливочное	10	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10
Сыр плавленый сегмент	17,5			Сыр плавленый ломтевой	18,75	Сыр плавленый сегмент	17,5	Сыр плавленый ломтевой	18,75	Сыр плавленый ломтевой	18,75	Сыр плавленый сегмент	17,5
Батон	50 № 13	Батон	50 № 13	Батон	50 № 13	Батон	50 № 13	Батон	50 № 13	Батон	50 № 13	Батон	50 № 13
Чай с сахаром	200/10 № 6.3.1	Какао-напиток (витаминизированный) с молоком	200 № 6.1.2	Чай с сахаром	200/10 № 6.3.1	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200 № 6.4.1	Чай с сахаром	200/10 № 6.3.1	Какао-напиток (витаминизированный) с молоком	200 № 6.1.2	Чай с сахаром	200/10 № 6.3.1
Обед													
Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к
Помидоры "Черри"	100 № 8.6.2	Салат из свежих огурцов	100 № 8.15.1	Икра кабачковая (консервы)	100 № 10.6	Помидоры "Черри"	100 № 8.6.2	Салат из морской капусты	100 № 8.1.2	Помидоры "Черри"	100 № 8.6.2	Салат из свежих огурцов	100 № 8.15.1
Борщ	215/25/10 № 1.1	Суп гречневый с цыпленком	215/35 № 1.12	Уха рыбацкая (горбуша)	200/50 № 1.4	Рассольник ленинградский	215/25/10 № 1.2	Суп "Ева" гороховый	250 № 1.7.1	Борщ сибирский	215/25/10 № 1.9	Суп с фрикадельками	215/35 № 1.8
Рыба, запеченная под молочным соусом (треска)	130 № 4.1.1	Запеканка из печени	125 № 2.7	Пельмени из свинины и говядины с маслом сливочным	270/12 № 5.1	Шницель рыбный	120 № 4.3.2	Поджарка из рыбы	125 № 4.4	Рыба запеченная с помидорами и сыром	150 № 4.7.1	Печень по-строгановски	75/75 № 2.6
Голень цыпленка, запеченная в/к	2шт № 58.3	Эрзаы с яйцом	140 № 2.17.3	Вареники с картофелем и маслом сливочным	250/10 № 5.1	Фрикадельки в соусе	110/75 № 2.21	Соус мясной	125 № 2.18.1	Котлеты из птицы	110 № 3.4	Котлета мясная	110 № 2.9.1
Рис отварной с овощами	235 № 5.5.1	Картофельное пюре	200 № 5.2			Картофель отварной с луком зеленым	200/3 № 5.9.1	Спагетти отварные	200 № 5.6	Картофельное пюре	200 № 5.2	Картофель запеченный дольками	200 № 5.3.1
Напиток из фруктов с/м	200 № 11.7.1	Напиток из шиповника	200 № 11	Напиток из сухофруктов	200 № 11.3	Напиток из груши	200 № 11.3	Напиток из вишни с/м	200 № 11.3	Напиток из фруктов с/м	200 № 11.7.1	Напиток из шиповника	200 № 11
Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13
Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13
Витаминный стол													
Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к
		Сок фруктовый	100	Чай заварной с сахаром, лимон	100/3,5 № 6.3.5	Сок фруктовый	100	Чай заварной с сахаром, лимон	100/3,5 № 6.3.5	Сок фруктовый	100	Чай заварной с сахаром, лимон	100/3,5 № 6.3.5
Полдник													
Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к
Яблоко	220	Банан	210	Груша	270	Яблоко	220	Банан	210	Апельсин	300	Яблоко	220
Печенье овсяное	50	Корж молочный	50	Пирожное "Корзиночка"	60	Рулет фруктовый	50	Кольцо с сахаром	70	Пирог	60	Печенье сладкое	50
Молоко	1/200	Молоко	1/200	Молоко	1/200	Молоко	1/200	Молоко	1/200	Молоко	1/200	Молоко	1/200
Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500
Ужин													
Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к
Огурцы свежие (нарезка)	100 № 8.6.2	Салат из моркови с чесноком	100 № 8.4	Салат "Парус"	100 № 8.17	Винегрет овощной	100 № 8.9.1	Икра свекольная	100 № 10.4	Салат картофельный с соевыми огурцом и зеленым горошком	100 № 8.5	Салат с брокколи и яйцом	100 № 20.3.1
Жаркое по-домашнему (говядина)	250/75 № 2.5.1	Поджарка (говядина)	125 № 2.8	Отбивная с сыром	140 № 2.20.2	Говядина тушеная с перцем свежими	130 № 2.16.2	Голень цыпленка, запеченная в/к	2шт № 58.3	Гуляш (говядина)	75/75 № 2.2.1	Плов по-узбекски	250/75 № 2.1.2
		Макаронные отварные	200 № 5.6	Картофель запеченный дольками	200 № 5.3.1	Булгур отварной	200 № 5.5.2	Картофельное пюре	150 № 5.2	Каша рассыпчатая гречневая	200 № 5.5		
		Пудинг из творога	150 № 7.5.2	Оладьи	75 № 10.2	Сырники из творога	150 № 70.2	Блинчики	100 № 10.3.1	Запеканка из творога	150 № 7.4.2	Запеканка манная	100 № 10.5
Пряник блюдо	60	Сгущенное молоко, блюдо	20	Джем фруктовый	20	Сгущенное молоко	20	Мед	20	Джем фруктовый	20	Сгущенное молоко	20
Чай с сахаром	200/10 № 6.3.1	Чай с сахаром, лимон	200/10/7 № 6.3.4	Чай с сахаром	200/10 № 6.3.1	Чай с сахаром, лимон	200/10/7 № 6.3.4	Чай с сахаром	200/10 № 6.3.1	Чай с сахаром, лимон	200/10/7 № 6.3.4	Чай с сахаром	200/10 № 6.3.1
Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13	Хлеб ржаной	20 № 13
Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13	Хлеб пшеничный	50 № 13
Второй ужин													
Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к	Выход	№ Т/к
Пирожок с начинкой	60	Булочка Воздушная	50	Изделие слоенное "Солнышко"	55	Пончик с начинкой	50	Булочка Плюшка	60	Пирожок с начинкой	60	Маффин	60
Йогурт питьевой	200	Бифилайф	200	Варенец	200	Снежок	200	Йогурт питьевой	200	Йогурт	200	Бифилайф	200
Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500	Вода бутилированная	500

Начальник управления продовольственного обеспечения и организации питания

Заместитель начальника управления продовольственного обеспечения и организации питания, главный технолог

Н.С. Зимица
Н.С. Зимица

Л.В. Зарубина
Л.В. Зарубина