

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по безопасности,  
ресурсному обеспечению и контрольной деятельности  
А. Г. Комаричев  
1-7. 04. 2025г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

лето 2025г

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ФГБОУ "ВДЦ "Океан"  
Н. В. Соловей  
2025г.

01 день			02 день			03 день			04 день			05 день			06 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	100	№ 7.3.1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	220/10	№ 6.6.1
Колбаса в/к (поршиями)	30	№ 73	Сардельки отварные	1шт	№ 7.3.1	Биточки особые	50	№ 2.12	Курица отварная (голень)	1шт	№ 58.4	Вареники с творогом маслом сливочным	200/10	№ 5.1	Сосиски отварные	2шт	№ 7.3.1	Колбаса в/к (поршиями)	30	№ 7.3
			Хлопя кукурузные с молоком	200/18	№ 14.3							Круассан	55		Хлопя пшеничные с молоком	200/18	№ 14.3	Булочка "Серпантинка"	50	
			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 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	Какао-напиток (витаминизированный) с молоком	200	№ 6.1.2	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				
Помидоры "Черри"	100	№ 8.6.2	Салат из свежих огурцов	100	№ 8.15.1	Икра кабачковая (консервы)	100	№ 10.6	Огурцы свежие (нарезка)	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 шпиком	215/35	№ 1.12	Уха рыбацкая (кота)	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
Голень шпиком, запеченная н/к	2шт	№ 58.3	Котлета мясная	110	№ 2.9.1	Пельмени из свинины и говядины с маслом сливочным	270/12	№ 5.1	Фрикадельки в соусе	110/75	№ 2.21	Соус мясной	125	№ 2.18.1	Рыба запеченная с помидорами и сыром	150	№ 4.7.1	Запеканка из печени	125	№ 2.7
Рыба, запеченная под молочным соусом (треска)	130	№ 4.1.1	Запеканка из печени	125	№ 2.7	Вареники с картофелем и маслом сливочным	250/10	№ 5.1	Шницель рыбный	120	№ 4.3.2	Поджарка из рыбы	125	№ 4.4	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 отварной с луком зеленым	200/3	№ 5.9.1
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				
			Сок фруктовый	100		Сок фруктовый	100		Сок фруктовый	100		Сок фруктовый	100		Сок фруктовый	100		Сок фруктовый	100	
Полдник																				
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		Пирожок "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				
Огурцы свежие (нарезка)	100	№ 8.6.2	Салат из моркови с чесноком	100	№ 8.4	Салат "Парус"	100	№ 8.17	Икра свекольная	100	№ 10.4	Помидоры "Черри"	100	№ 8.6.2	Икра кабачковая (консервы)	100	№ 10.6	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 свежим	130	№ 2.16.2	Голень шпиком, запеченная н/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 (прямой)	220	№ 5.3	Булгур отварной	200	№ 5.5.2	Картофельное пюре	150	№ 5.2	Каша рассыпчатая гречневая	200	№ 5.5			
												Овощи запеченные	200	№ 31						
Пряник блюдо	60		Пудинг из творога, сгш. молоко	150/20	№ 7.5.2	Пирог	60		Сырники творожные со сгущенным молоком	68/20	№ 70.1.1	Конфета	18		Запеканка из творога, джем фруктовый	150/20	№ 7.4.2	Печенье сладкое	50	
Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	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
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				
Пирожок с начинкой	60		Булочка Воздушная	50		Изделие слоеное "Солнышко"	55		Пончик с начинкой	50		Булочка Плешка	60		Пирожок с начинкой	60		Маффин	60	
Йогурт питьевой	200		Бифилайф	200		Варенец	200		Йогурт	200		Снежок	200		Йогурт питьевой	200		Бифилокк	150	
Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500	

Начальника управления продовольственного обеспечения и организации питания

Заместитель начальника управления продовольственного обеспечения и организации питания, главный технолог



Н.С. Зиминова

Л.В. Зарубина