

РУСИНОВ ОЛЕГ
ВЛАДИМИРОВИЧ

Согласовано:

Директор Арктического морского
института имени В.И.Воронина



О.В.Русинов

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель



Ю.Г.Спиридонов

ИП Спиридонов Ю.Г.
ИНН 290138092536

МЕНЮ

на 13 октября 2026 года

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Каша пшеничная с маслом	250/5	259
Колбаса п/к порция	30	112
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Какао с витамин. и молоком	200	142
Напиток Снежок	120	95
Обед		
Щи из св. капусты со сметаной, мясом	250/5/25	185
Биточки мясные, соус томатный	120/50	380
Макароны отварные со сладким перцем	210	253
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток лимонный	200	45
Полдник		
Бананы св.	100	96
Ужин		
Салат из кукурузы	60	186
Рыба запеченная в омлете	120	193
Рагу овощное	200	144
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Сок	200	86
Ужин2		
Чай с сахаром	200/10	40
Печенье	60	276

3242

Заведующий производством

Согласовано:

Директор Арктического морского
института имени В.И.Воронина

О.В.Русинов



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Ю.Г.Спиридонов

ИП Спиридонов Ю.Г.
ИНН 290138092536



МЕНЮ

на 14 октября 2026 года

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Запеканка из творога, молоко сгущенное	210/50	614
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Чай с сахаром и молоком	200/15	114
Обед		
Суп-пюре из картофеля, гренки из пшенич.хлеба	250/10	192
Гуляш из птицы	120	216
Каша гречневая с луком и со свеж.огурцом	220	269
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток из изюма	200	95
Полдник		
Апельсины св.	100	64
Ужин		
Салат столичный	60	201
Биточки рыбные, соус сметанный	120/40	211
Пюре картофельное	200	204
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Сок	200	102
Ужин2		
Напиток с витаминами	200	78
Булочка "Веснушка"	60	323

Заведующий производством

3433

Согласовано:

Директор Арктического морского
института имени В.И.Воронина



О.В.Русинов



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Ю.Г.Спиридонов

ИП Спиридонов Ю.Г.
ИНН 290138092536

МЕНЮ **на 15 октября 2026 года**

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Каша кукурузная вязкая с маслом	250/5	252
Сыр порция	35	127
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Кофейный напиток с молоком	200	154
Ряженка	100	54
Обед		
Салат рыбный	100	109
Солянка домашняя	250	239
Голубцы ленивые, соус томатный	250/75	416
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток из смеси сухофруктов	200	91
Полдник		
Яблоки св.	100	47
Ужин		
Салат из квашеной капусты	60	88
Запеканка картофельная с субпродуктами	200	267
Соус сметанный с томатом	40	26
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Кисель с витаминами	200	95
Ужин2		
Чай с сахаром	200/10	40
Плюшка	80	278

Заведующий производством

3033

Согласовано:

Директор Арктического морского
института имени В.И.Воронина



О.В.Русинов

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель



Ю.Г.Спиридонов

ИП Спиридонов Ю.Г.
ИНН 290138092536

МЕНЮ

на 16 октября 2026 года

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Каша манная с маслом	250/5	281
Яйцо отварное	40	63
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Чай витамин.	210	39
Напиток Снежок	120	95
Обед		
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5/15	180
Шницель рыбный натуральный	120	157
Соус польский	50	112
Пюре картофельное с икрой кабачковой	230	203
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток из апельсинов	200	49
Полдник		
Бананы св.	100	96
Ужин		
Винегрет овощной	60	111
Плов	300	499
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Сок	200	96
Ужин2		
Напиток из шиповника	200	92
Колоб беломорский	50	237

3060

Заведующий производством