РУСИНОВ ОЛЕГ ВЛАДИМИРОВИЧ

Digitally signed by РУСИНОВ ОЛЕГ ВЛАДИМИРОВИЧ
DN: c=RU, st=Архангельская область и Ненецкий автономный округ, l=АРХАНГЕЛЬСК, title=Заместитель директора, ou=Руководство, o=ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ МОРСКОГО И РЕЧНОГО ФЛОТА ИМЕНИ АДМИРАЛА С.О. МАКАРОВА", 1.2.643.100.3=120B3034333033353137383132, 1.2.643.3.131.1.1=120C323930313034333934323030, email=buh_voronina@mail.ru, givenName=ОЛЕГ ВЛАДИМИРОВИЧ, sn=РУСИНОВ, cn=РУСИНОВ ОЛЕГ ВЛАДИМИРОВИЧ
Date: 2026.10.30 13:57:51 +03'00'

Согласовано:
Директор Арктического морского института имени В.И.Воронина

_____ О.В.Русинов

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель

_____ Ю.Г.Спиридонов

ИП Спиридонов Ю.Г.
ИНН 290138092536

на 31 октября 2026 года

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Каша рисовая с маслом	250/5	254
Сыр порция	35	127
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Какао с витамин. и молоком	200	142
Йогурт	100	87
Обед		
Борщ со св. капустой, сметаной, мясом	250/6/15	149
Чахохбили	100/50	249
Макароны отварные с свежим огурцом	210	249
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток из кураги	200	87
Полдник		
Апельсин	100	64
Ужин		
Салат витаминный	60	89
Сосиски отварные	100	261
Пюре картофельное	200	204
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Сок	200	86
Ужин2		
Молоко	200	120
Калач северный	50	204
		3122

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 01 ноября 2026 года

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Омлет натуральный с маслом	150	229
Джем порция	40	114
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Кофейный напиток с молоком	200	154
Ряженка	100	54
Обед		
Салат из свеклы	60	76
Суп-харчо	250/25	213
Бигус	300	524
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток с витаминами	200	78
Полдник		
Мандарины св.	100	38
Ужин		
Кукуруза с яйцом и луком	60	96
Рыба, запеченная в смет.соусе с картоф.	300	352
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Напиток из шиповника	200	92
Ужин2		
Чай с сахаром и молоком	200/15	114
Вафли	60	306
		3190

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 02 ноября 2026 года

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Каша ячневая с маслом	250/5	220
Колбаса п/к порция	30	112
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Чай витаминизированный	200/10	39
Напиток Снежок	120	95
Обед		
Суп из овощей с мясом	250/15	144
Гуляш	120	398
Макароны отварные с консер.горошком	210	257
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток из изюма	200	95
Полдник		
Бананы св.	100	96
Ужин		
Салат Полонынский	60	114
Азу	300	318
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Кисель с витаминами	200	95
Ужин2		
Чай с сахаром	200/10	40
Кекс	75	352
		3125

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 03 ноября 2026 года

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Запеканка из творога, молоко сгущеное	210/50	614
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Чай с сахаром	200/10	40
Обед		
Борщ "белорусский" с птицей и сметаной	250/6/10	138
Цыплята отварные, соус томатный	120/50	401
Пюре картофельное с икрой кабачковой	230	212
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток из кураги	200	87
Полдник		
Яблоки св.	100	47
Ужин		
Салат столичный	60	201
Котлеты рыбные	120	150
Рагу овощное	200	160
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Сок	200	102
Ужин2		
Чай с сахаром и молоком	200/15	114
Булочка	60	194
		3210

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 04 ноября 2026 года

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Каша геркулесовая с маслом	250/5	291
Сыр порция	35	127
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Какао с витамин. и молоком	200	142
Молоко	100	60
Обед		
Солянка домашняя	250	239
Суфле рыбное, соус молочный	120/40	205
Рис с овощами и со свежим огурцом	210	234
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток из смеси сухофруктов	200	91
Полдник		
Апельсины св.	100	64
Ужин		
Салат из свеклы	60	84
Жаркое по-домашнему	300	507
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Кисель с витаминами	200	95
Ужин2		
Чай с лимоном	200/10/7	42
Колоб беломорский	50	237
		3168

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 05 ноября 2026 года

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Омлет натуральный с маслом	150	229
Колбаса п/к порция	30	112
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Кофейный напиток с молоком	200	154
Напиток Снежок	120	95
Обед		
Щи из св. капусты со сметаной, мясом	250/5/25	185
Котлеты мясные, соус томатный	120/40	377
Макароны отварные со свежим помидором	210	249
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток из шиповника	200	92
Полдник		
Бананы св.	100	96
Ужин		
Маринад овощной	60	91
Рыба запеченная в омлете	120	193
Картофель в молоке	180	190
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Чай с лимоном	200/10/7	42
Ужин2		
Чай с сахаром и молоком	200/15	114
Плюшка	80	278
		3247

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 06 ноября 2026 года

Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Каша рисовая с маслом	250/5	254
Яйцо отварное	40	63
Масло сливочное, порционное	10	75
Батон нарезной порция	80	208
Чай витамин.	210	39
Йогурт	100	87
Обед		
Суп картофельный с горохом, птицей	250/10	153
Котлеты мясо-карт.по-хлыновски, соус молочны	120/40	399
Каша гречневая с луком и со слад.перцем	180	273
Хлеб ржано-пшеничный, порция	90	157
Хлеб пшеничный, порция	70	164
Напиток с витаминами	200	78
Полдник		
Яблоки св.	100	47
Ужин		
Салат из квашеной капусты	60	88
Тефтели с рисом, соус томатный	120/50	351
Пюре картофельное	200	204
Хлеб ржано-пшеничный, порция	30	52
Хлеб пшеничный, порция	40	94
Сок	200	102
Ужин2		
Молоко	200	120
Ватрушка с повидлом	75	217
		3225

Заведующий производством