

Разработано

ООО «Комбинат питания «МПВ»

Ген.Директор Марковцев П.В.



Примерное 24-х дневное меню для обучающихся АНО ВО «ММУ» в 2025г-2026г

№ п/п	Наименование	Выход (гр)
День 1(понедельник)		
Обед		
1	Салат из огурцов и томатов	100.00
2	Суп лапша домашняя	250.00
3	Гуляш из мяса птицы	100.00
4	Каша гречневая рассыпчатая	120.00
5	Напиток фруктовый	200.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
7	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
	Итого:	810.00
День 2(вторник)		
Обед		Выход (гр)
1	Овощной салат с ветчиной	100.00
2	Солянка	250.00
3	Котлеты рубленые из птицы	100.00
4	Пюре картофельное	120.00
5	Напиток вишневый	200.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
7	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
	Итого:	810.00
День 3 (среда)		
Обед		Выход (гр)
1	Салат картофельный с растительным маслом	100.00
2	Борщ сибирский	250.00
3	Свинина в красном соусе	120.00
4	Рис отварной	130.00
5	Напиток витаминный	200.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
7	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
	Итого:	840.00
День 4 (четверг)		Выход (гр)
Обед		
1	Салат витаминный с растительным маслом	100.00
2	Суп картофельный с рыбой	250.00

		100.00
3	Бефстроганов	120.00
4	Изделия макаронные отварные	200.00
5	Напиток фруктовый (ягодный) в ассортименте	20.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
7	Хлеб ржано-пшеничный	810.00
	Итого:	Выход (гр)
День 5 (пятница)		
Обед		100.00
1	Салат из моркови, кукурузы и яблока	250.00
2	Рассольник Ленинградский	100.00
3	Тефтеля с соусом	120.00
4	Рис отварной	200.00
5	Напиток вишневый	20.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
7	Хлеб ржано-пшеничный	810.00
	Итого:	Выход (гр)
День 6 (суббота)		
Обед		100.00
1	Салат из капусты, сладкого перца и растительного масла	250.00
2	Щи из свежей капусты	90.00
3	Шницель рубленный из курицы	30.00
4	Соус томатный	150.00
5	Картофель отварной	200.00
6	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	20.00
7	Хлеб из муки пшеничной	20.00
8	Хлеб ржано-пшеничный	860.00
	Итого:	Выход (гр)
День 7 (понедельник)		
Обед		100.00
1	Салат из моркови с кукурузой и огурцом	250.00
2	Суп из овощей	100.00
3	Биточки рубленные куриные	120.00
4	Каша гречневая рассыпчатая	200.00
5	Напиток клубничный	20.00
6	Хлеб из муки пшеничной	

7	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
	Итого:	810.00
День 8 (вторник)		Выход (гр)
Обед		
1	Салат картофельный с растительным маслом (пекинская капуста, огурец, яйцо, картофель)	100.00
2	Суп крестьянский с крупой	250.00
3	Гуляш из мяса птицы	100.00
4	Рис отварной	120.00
5	Напиток смородина	200.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
7	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
	Итого:	810.00
День 9 (среда)		Выход (гр)
Обед		
1	Салат из моркови и свежих огурцов	100.00
2	Суп куриный	250.00
3	Котлеты рубленые из фарша рыбного	90.00
4	Картофель отварной	120.00
5	Напиток вишневый	200.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
7	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
	Итого:	800.00
День 10 (четверг)		Выход (гр)
Обед		
1	Салат Осенний	100.00
2	Суп картофельный с фрикадельками	250.00
3	Свинина в белом соусе	100.00
4	Изделия макаронные отварные	130.00
5	Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте	200.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
7	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
	Итого:	820.00
День 11 (пятница)		Выход (гр)
Обед		
1	Салат витаминный с растительным маслом	100.00

	2	Суп картофельный с горохом	250.00
	3	Плов мясной	220.00
	4	Напиток фруктовый	200.00
	5	Хлеб из муки пшеничной	20.00
	6	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
		Итого:	810.00
День 12 (суббота)			Выход (гр)
Обед			
	1	Салат из капусты с растительным маслом	100.00
	2	Солянка	250.00
	3	Куриное филе с булгуром и овощами	100.00
	4	Булгур с овощами	130.00
	6	Напиток фруктовый	200.00
	7	Хлеб из муки пшеничной	20.00
	8	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
		Итого:	820.00
			Выход (гр)
День 13 (понедельник)			
Обед			
	1	Салат из огурцов и томатов	100.00
	2	Суп из овощей	250.00
	3	Котлеты рубленые из мяса птицы	100.00
	4	Изделия макаронные отварные	120.00
	5	Напиток вишневый	200.00
	6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
	7	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
		Итого:	810.00
			Выход (гр)
День 14 (вторник)			
Обед			
	1	Салат Мозаика (яйцо, зеленый горошек, картофель, морковь)	100.00
	2	Суп картофельный с крупой	250.00
	3	Котлеты рубленые из фарша рыбного	90.00
	4	Рис отварной	150.00
	5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200.00
	6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
	7	Хлеб ржано-пшеничный	20.00

		830.00
	Итого:	Выход (гр)
День 15 (среда)		
Обед		100.00
1	Оливье	250.00
2	Суп с лапшой	100.00
3	Гуляш из мяса птицы	120.00
4	Пюре картофельное	200.00
5	Напиток клубничный	20.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
8	Хлеб ржано-пшеничный	810.00
	Итого:	Выход (гр)
День 16 (четверг)		
Обед		100.00
1	Салат из китайской капусты с растительным маслом	250.00
2	Суп-пюре куриный	100.00
3	Азу из свинины	120.00
4	Каша гречневая рассыпчатая	200.00
5	компот фруктовый	20.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
7	Хлеб ржано-пшеничный	810.00
	Итого:	Выход (гр)
День 17 (пятница)		
Обед		100.00
1	Салат из сборных овощей	250.00
2	Борщ с капустой и картофелем	130.00
3	Курица в соусе бешамель	120.00
5	Изделия макаронные отварные	200.00
6	Напиток смородина	20.00
7	Хлеб из муки пшеничной	20.00
8	Хлеб ржано-пшеничный	840.00
	Итого:	Выход (гр)
День 18 (Суббота)		
Обед		100.00
1	Винегрет	250.00
2	Рассольник домашний	

		90.00
3	Тефтели рыбные с соусом	150.00
4	Картофель запеченный	200.00
6	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	20.00
7	Хлеб из муки пшеничной	20.00
8	Хлеб ржано-пшеничный	830.00
	Итого:	Выход (гр)
День 19 (Понедельник)		
Обед		100.00
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	250.00
2	Суп-пюре овощной	90.00
4	Филе куриное отварное	30.00
5	Соус томатный	120.00
6	Каша гречневая рассыпчатая	200.00
7	Напиток витаминный	20.00
8	Хлеб из муки пшеничной	20.00
9	Хлеб ржано-пшеничный	830.00
	Итого:	Выход (гр)
День 20 (Вторник)		
Обед		100.00
1	Салат из моркови, кукурузы и свежего огурца	250.00
2	Суп картофельный с фасолью	100.00
3	Шницель рубленый куриный	120.00
4	Рагу из овощей	200.00
5	Напиток яблочный	20.00
6	Хлеб из муки пшеничной	20.00
7	Хлеб ржано-пшеничный	20.00
8	Зефир	830.00
	Итого:	Выход (гр)
День 21 (Среда)		
Обед		100.00
1	Салат "Радуга" (яйцо, кукуруза, картофель, морковь)	250.00
2	Борщ со сметаной	200.00
3	Голубцы ленивые	200.00
4	Напиток ягодно-фруктовый	20.00
5	Хлеб из муки пшеничной	

	6 Хлеб ржано-пшеничный	20.00
	Итого:	790.00
День 22 (Четверг)		Выход (гр)
Обед		100.00
	1 Салат капустный с огурцом	250.00
	2 Суп с рисом	100.00
	3 Биточки рубленые куриные	120.00
	4 Каша гречневая рассыпчатая	200.00
	5 Напиток фруктовый	20.00
	5 Хлеб из муки пшеничной	20.00
	8 Хлеб ржано-пшеничный	810.00
	Итого:	Выход (гр)
День 23 (Пятница)		
Обед		100.00
	1 Салат витаминный с растительным маслом	300.00
	2 Уха Ростовская	100.00
	3 Гуляш из мяса птицы	120.00
	4 Картофель отварной	200.00
	5 Напиток витаминный	20.00
	7 Хлеб из муки пшеничной	20.00
	8 Хлеб ржано-пшеничный	860.00
	Итого:	Выход (гр)
День 24 (Суббота)		
Обед		100.00
	1 Салат из свежих огурцов с растительным маслом	250.00
	2 Суп картофельный с фасолью	250.00
	3 Картофель тушеный с куриным филе	200.00
	4 Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	20.00
	5 Хлеб из муки пшеничной	20.00
	6 Хлеб ржано-пшеничный	840.00
	Итого:	