Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«02» ноября 2026 г.

День 1

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	60	1.0	9.1	7.2	115.1
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ,ЗЕЛЕНЬЮ	250/10/5	4.8	7.6	16.7	157.3
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	21.7	23.3	17.4	366.9
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0.7	0.3	23.9	113.2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6
Итого	845	33.1	41.6	97.6	912.7
Полдник					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	1.0	0.3	13.9	63.7
СОК В ИНД.УП	200	1.0	0.2	20.2	86.0
Итого	320	2.0	0.5	34.1	149.7
Всего		35.1	42.1	131.7	1062.4

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«03» мая 2026 г.

День 2

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	0.9	3.0	5.3	51.8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ С СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	250/10/5	5.9	4.4	19.8	147.9
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	12.0	11.9	11.2	199.6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.4	2.2	38.2	206.1
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	27.2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/5	0.2	0.0	10.1	42.1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52.4
Итого	845	31.9	24.0	113.7	808.7
Полдник					
СОСИСКА В ТЕСТЕ	100	9.7	14.3	31.0	291.4
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2.8	2.5	4.5	56.5
Итого	200	12.5	16.8	35.5	347.9
Всего		44.4	40.8	149.2	1156.6

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____ О.Н.Назарова

МЕНЮ

«05» ноября 2026 г.

День 4

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0.5	0.1	4.7	49.6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/10/2	5.2	4.9	21.1	150.1
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	75	9.2	13.8	9.0	197.0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4.7	5.6	19.9	152.1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/5	0.2	0.0	10.1	42.1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52.4
Итого	862	23.9	25.4	92.1	724.9
Полдник					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯБЛОКОМ	100	4.8	2.0	44.4	215.2
СОК В ИНД.УП	200	1.0	0.2	20.2	86.0
Итого	300	5.8	2.2	64.6	301.2
Всего		29.7	27.6	156.7	1026.1

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ
Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«06» ноября 2026 г.

День 5

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	60	0.7	3.1	5.7	54.0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4.0	7.7	12.7	139.6
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	100	13.1	5.2	6.6	125.5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.8	6.1	25.6	172.7
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0.1	0.1	25.6	104.3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52.4
Итого	865	25.8	23.2	103.5	730.1
Полдник					
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	100	14.6	4.6	58.5	287.9
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2.8	2.5	4.5	56.5
Итого	200	17.4	7.1	63.0	344.4
Всего		43.2	30.3	166.5	1 074.4

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ
Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«09» ноября 2026 г.

День 6

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	60/20	4.1	7.6	3.9	100.5
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	5.1	7.4	16.6	156.6
БИТОЧКИ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	75	13.1	7.4	8.3	153.0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.6	34.9	203.5
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.4	0.1	22.4	93.2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52.4
Итого	830	32.3	28.1	113.4	840.8
Полдник					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	1.0	0.3	13.9	63.7
КОКТЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	5.0	4.3	30.3	179.1
Итого	320	6.0	4.6	44.2	242.8
Всего		38.3	32.7	157.6	1083,6

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____ О.Н.Назарова

МЕНЮ

«10» ноября 2026 г.

День 7

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0.2	0.0	0.5	3.9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ	250/10	4.4	4.8	14.1	117.5
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ	100	12.8	12.1	13.4	213.7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.4	20.3	141.0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.0	9.9	40.3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0
Итого	810	25.5	22.9	90.3	669.0
Полдник					
СОК В ИНД.УП	200	1.0	0.2	20.2	86.0
ПИЦЦА ШКОЛЬНИК	100	9.6	9.1	34.4	260.6
Итого	300	10.6	9.3	54.6	346.6
Всего		36.1	32.2	144.9	1015.6

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____ О.Н.Назарова

МЕНЮ

«11» ноября 2026 г.

День 8

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0.6	0.2	2.3	14.4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4.0	7.7	12.7	139.6
ПЛОВ	250	18.0	21.3	52.7	475.1
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	1.2	0.1	29.4	124.5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0
Итого	845	28.7	29.9	129.2	906.2
Полдник					
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2.8	2.5	4.5	56.5
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С РИСОМ И ЯЙЦОМ	100	6.5	5.7	41.3	242.4
Итого	200	9.3	8.2	45.8	298.9
Всего		38.0	38.1	175.0	1205.1

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«12» мая 2026 г.

День 9

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	60	1.0	6.1	4.4	76.2
СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	250/10/5	6.2	8.8	12.6	157.6
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	75	13.9	16.3	0.8	205.2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.4	2.2	38.2	206.1
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	27.2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/5	0.2	0.0	10.1	42.1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.3	12.7	61.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0
Итого	845	34.4	35.4	95.7	846.6
Полдник					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	1.0	0.3	13.9	63.7
КОКТЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	5.0	4.3	30.3	179.1
Итого	320	6.0	4.6	44.2	242.8
Всего		40.4	40.0	139.9	1089.4

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«13» ноября 2026 г.

День 10

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КЛЮКВОЙ	60	1.0	3.1	4.9	52.9
ЩИ ЗЕЛЕНЫЕ (ЩАВЕЛЬ С ГОВЯДИНОЙ) И СМЕТАНОЙ	250/10/5	6.0	8.7	9.4	142.9
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	14.0	10.7	12.8	202.5
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150	3.0	4.6	23.9	149.1
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.4	0.1	32.1	131.9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4
Итого	810	28.5	27.7	110.1	808.3
Полдник					
БУЛОЧКА С МАКОМ	100	8.0	7.2	55.4	318.0
СОК В ИНД.УП	200	1.0	0.2	20.2	86.0
Итого	300	9.0	7.4	75.6	404.0
Всего		37.5	35.1	185.7	1212,3

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«16» ноября 2026 г.

День 1

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	60	1.0	9.1	7.2	115.1
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ,ЗЕЛЕНЬЮ	250/10/5	4.8	7.6	16.7	157.3
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	21.7	23.3	17.4	366.9
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0.7	0.3	23.9	113.2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6
Итого	845	33.1	41.6	97.6	912.7
Полдник					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	1.0	0.3	13.9	63.7
СОК В ИНД.УП	200	1.0	0.2	20.2	86.0
Итого	320	2.0	0.5	34.1	149.7
Всего		35.1	42.1	131.7	1062.4

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«17» ноября 2026 г.

День 2

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	0.9	3.0	5.3	51.8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ С СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	250/10/5	5.9	4.4	19.8	147.9
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	12.0	11.9	11.2	199.6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.4	2.2	38.2	206.1
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	27.2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/5	0.2	0.0	10.1	42.1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52.4
Итого	845	31.9	24.0	113.7	808.7
Полдник					
СОСИСКА В ТЕСТЕ	100	9.7	14.3	31.0	291.4
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2.8	2.5	4.5	56.5
Итого	200	12.5	16.8	35.5	347.9
Всего		44.4	40.8	149.2	1156.6

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«18» ноября 2026 г.

День 3

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ	60	0.7	6.1	1.2	62.4
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ . ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4.8	7.4	10.9	131.6
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	15.5	6.5	5.8	161.4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.6	34.9	203.5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	9.7	38.7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.3	12.7	61.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52.4
Итого	800	30.0	25.5	85.5	711.2
Полдник					
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	100	7.2	6.0	54.3	303.7
КОКТЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	5.0	4.3	30.3	179.1
Итого	300	12.2	10.3	84.6	482.8
Всего		42.2	35.8	170.1	1194.0

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«19» ноября 2026 г.

День 4

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0.5	0.1	4.7	49.6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/10/2	5.2	4.9	21.1	150.1
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	75	9.2	13.8	9.0	197.0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4.7	5.6	19.9	152.1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/5	0.2	0.0	10.1	42.1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52.4
Итого	862	23.9	25.4	92.1	724.9
Полдник					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ЯБЛОКОМ	100	4.8	2.0	44.4	215.2
СОК В ИНД.УП	200	1.0	0.2	20.2	86.0
Итого	300	5.8	2.2	64.6	301.2
Всего		29.7	27.6	156.7	1026.1

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____ О.Н.Назарова

МЕНЮ

«20» января 2026 г.

День 5

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	60	0.7	3.1	5.7	54.0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4.0	7.7	12.7	139.6
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	100	13.1	5.2	6.6	125.5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.8	6.1	25.6	172.7
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0.1	0.1	25.6	104.3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52.4
Итого	865	25.8	23.2	103.5	730.1
Полдник					
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	100	14.6	4.6	58.5	287.9
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2.8	2.5	4.5	56.5
Итого	200	17.4	7.1	63.0	344.4
Всего		43.2	30.3	166.5	1 074.4

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«23» ноября 2026 г.

День 6

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	60/20	4.1	7.6	3.9	100.5
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	5.1	7.4	16.6	156.6
БИТОЧКИ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	75	13.1	7.4	8.3	153.0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.6	34.9	203.5
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.4	0.1	22.4	93.2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52.4
Итого	830	32.3	28.1	113.4	840.8
Полдник					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	1.0	0.3	13.9	63.7
КОКТЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	5.0	4.3	30.3	179.1
Итого	320	6.0	4.6	44.2	242.8
Всего		38.3	32.7	157.6	1083,6

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ
Колпинского района «Поддержка»
_____ О.Н.Назарова

МЕНЮ

«21» ноября 2026 г.

День 7

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0.2	0.0	0.5	3.9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ	250/10	4.4	4.8	14.1	117.5
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ	100	12.8	12.1	13.4	213.7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.4	20.3	141.0
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.0	9.9	40.3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0
Итого	810	25.5	22.9	90.3	669.0
Полдник					
СОК В ИНД.УП	200	1.0	0.2	20.2	86.0
ПИЦЦА ШКОЛЬНИК	100	9.6	9.1	34.4	260.6
Итого	300	10.6	9.3	54.6	346.6
Всего		36.1	32.2	144.9	1015.6

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ
Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«25» ноября 2026 г.

День 8

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0.6	0.2	2.3	14.4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4.0	7.7	12.7	139.6
ПЛОВ	250	18.0	21.3	52.7	475.1
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	1.2	0.1	29.4	124.5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0
Итого	845	28.7	29.9	129.2	906.2
Полдник					
ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2.8	2.5	4.5	56.5
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С РИСОМ И ЯЙЦОМ	100	6.5	5.7	41.3	242.4
Итого	200	9.3	8.2	45.8	298.9
Всего		38.0	38.1	175.0	1205.1

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ Колпинского района «Поддержка»
_____ О.Н.Назарова

МЕНЮ

«26» мая 2026 г.

День 9

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	60	1.0	6.1	4.4	76.2
СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	250/10/5	6.2	8.8	12.6	157.6
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	75	13.9	16.3	0.8	205.2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.4	2.2	38.2	206.1
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.5	1.8	27.2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/5	0.2	0.0	10.1	42.1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.3	12.7	61.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71.0
Итого	845	34.4	35.4	95.7	846.6
Полдник					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	1.0	0.3	13.9	63.7
КОКТЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	5.0	4.3	30.3	179.1
Итого	320	6.0	4.6	44.2	242.8
Всего		40.4	40.0	139.9	1089.4

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ
Колпинского района «Поддержка»
_____ О.Н.Назарова

МЕНЮ

«27» ноября 2026 г.

День 10

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КЛЮКВОЙ	60	1.0	3.1	4.9	52.9
ЩИ ЗЕЛЕНЫЕ (ЩАВЕЛЬ С ГОВЯДИНОЙ) И СМЕТАНОЙ	250/10/5	6.0	8.7	9.4	142.9
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	14.0	10.7	12.8	202.5
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150	3.0	4.6	23.9	149.1
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.4	0.1	32.1	131.9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4
Итого	810	28.5	27.7	110.1	808.3
Полдник					
БУЛОЧКА С МАКОМ	100	8.0	7.2	55.4	318.0
СОК В ИНД.УП	200	1.0	0.2	20.2	86.0
Итого	300	9.0	7.4	75.6	404.0
Всего		37.5	35.1	185.7	1212,3

Утверждаю
Директор СПб ГБУ СОН «ЦСРИДИ
Колпинского района «Поддержка»
_____О.Н.Назарова

МЕНЮ

«30» ноября 2026 г.

День 1

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	60	1.0	9.1	7.2	115.1
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ,ЗЕЛЕНЬЮ	250/10/5	4.8	7.6	16.7	157.3
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	21.7	23.3	17.4	366.9
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0.7	0.3	23.9	113.2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6
Итого	845	33.1	41.6	97.6	912.7
Полдник					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	1.0	0.3	13.9	63.7
СОК В ИНД.УП	200	1.0	0.2	20.2	86.0
Итого	320	2.0	0.5	34.1	149.7
Всего		35.1	42.1	131.7	1062.4