Утверждаю

ИП Аушева Г.А.

Примерное десятидневное меню ежедневного горячего питания обучающихся
Бузулукского филиала Финуниверситета на
1 полугодие 2026- 2027 учебного года

Неделя 1

Понедельник

Наименование блюд/состав	Выход	Цена
Хлеб белый	25 г	3,00
Хлеб ржаной	25 г	3,00
Завтраки		
Каша манная с маслом 200/10 манка, молоко, сахар	200 г	35,00
Запеканка творожная 1/100 творог, яйцо, сметана, манка, сахар	100 г	45,00
Салаты, холодные закуски		
Салат «Витаминный» капуста, морковь, огурец св., масло раст., сахар, соль, кислота лим.	100 г	50,00
Морковь по-корейски морковь, чеснок, масло раст., сахар, соль, специи	100 г	45,00
Салат с крабовыми палочками палочки крабовые, кукуруза, огурец св., яйцо, капуста, майонез, соль	100/20 г	55,00
Супы		
Щи б/м капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, соль, специи	250 г	45,00
Суп лапша с курицей курица, картофель, морковь, лук репч., лапша, масло раст., соль	300 г	50,00
Гарниры		
Макароны отварные макаронные изд., масло раст., соль	150 г	25,00
Капуста тушеная капуста, морковь, лук, томатная паста, соль	150 г	50,00
Гречка отварная гречневая крупа, масло раст., соль	150 г	27,00

Горячие блюда		
Котлета мясная фарш мясной, яйцо, лук, соль, специи	75 г	95,00
Гуляш куриный Филе куриное, лук, томатная паста, масло раст., соль, специи	70/30 г	95,00
Рыба жареная (минтай) минтай, масло раст., мука пшеничная	100 г	85,00
Диетические блюда		
Овощи с маслом отварные	100 г	20,00
Биточки из индейки паровые	75 г	70,00
Напитки		
Напиток ягодный ягода, сахар	200 г	25,00
Кисель витаминизированный кисель	200 г	25,00
Чай черный с сахаром чай черн. листовой, сахар	200 г	20,00

Вторник

Наименование блюд/состав	Выход	Цена
Хлеб белый	25 г	3,00
Хлеб ржаной	25 г	3,00
Завтраки		
Каша рисовая с маслом 200/10 рис, молоко, сахар	200 г	35,00
Сырники творог, яйцо, сахар, манка, ванилин, мука пшеничная, масло раст., сметана	100 г	75,00
Салаты, холодные закуски		
Винегрет капуста сол., морковь отварн., огурец сол., зел. горошек, картофель отварн., лук репч., масло раст., соль	100 г	50,00
Салат из свеж. огурцов и помидоров огурец свеж., помидор свеж., лук репч., сметана	100 г	55,00
Салат «Оливье» колбаса вар., картофель отварн., морковь отварн., огурец сол., яйцо, лук репч., майонез, соль	100/20 г	60,00
Супы		
Борщ с мясом говядина, капуста, картофель, морковь, свекла, лук, томатная паста, соль, специи	250 г	55,00

Суп рисовый б/м рис, картофель, морковь, лук репч., масло раст., соль	300 г	35,00
Гарниры		
Пюре картофельное картофель, молоко, масло слив., соль	150 г	50,00
Рис отварной с овощами рис, морковь, лук, кукуруза, соль	150 г	45,00
Спагетти отварные макаронные изделия (спагетти), масло раст., соль	150 г	35,00
Горячие блюда		
Куриная отбивная филе грудки куриной, морковь, лук, сыр, майонез, соль	75 г	95,00
Тефтели фарш мясной, рис, лук, морковь, томатная паста, масло раст., соль, специи	70/30 г	70,00
Окорочка куриные запеченные окорочка, масло раст., соль, специи	100 г	85,00
Диетические блюда		
Овощи с маслом отварные	100 г	20,00
Говядина отварная	75 г	95,00
Напитки		
Напиток ягодный ягода, сахар	200 г	25,00
Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар	200 г	25,00
Чай черный с сахаром чай черн. листовой, сахар	200 г	20,00

Среда

Наименование блюд/состав	**Выход**	**Цена**
Хлеб белый	25 г	3,00
Хлеб ржаной	25 г	3,00
Завтраки		
Каша пшенная с маслом 200/10 рис, молоко, сахар	200 г	35,00
Омлет молоко, яйцо, соль, масло слив.	100 г	50,00
Салаты, холодные закуски		
Салат из свеклы с черносливом свекла, чернослив, масло раст.	100 г	55,00
Салат «Витаминный» капуста, морковь, огурец св., масло раст., сахар, соль,	100 г	50,00

кислота лим.		
Салат «Сельдь под шубой» сельдь сол., картофель отварн., морковь отварн., свекла отварн., яйцо, лук репч., майонез, соль	100/20 г	65,00
Супы		
Суп «Харчо» с курицей курица, рис, картофель, морковь, лук, томатная паста, соль, специи	250 г	55,00
Рассольник б/м перловка, картофель, морковь, огурец сол., лук репч., масло раст., соль	300 г	50,00
Гарниры		
Пюре гороховое горох, лук репч., масло раст., соль	150 г	35,00
Рагу овощное картофель, морковь, капуста, лук, томатная паста, масло раст.,соль	150 г	55,00
Картофель по-деревенски картофель, масло раст., соль, специи	150 г	55,00
Горячие блюда		
Рулет куриный филе грудки куриной, морковь, лук, соль	75 г	95,00
Котлеты рыбные минтай, яйцо, масло раст., соль, специи, сухари панировочные	100 г	95,00
Азу с говядиной говядина, лук, морковь, огурец сол., чеснок, масло раст., соль, специи	70/30 г	95,00
Диетические блюда		
Овощи с маслом отварные	100 г	20,00
Суфле из индейки	100 г	70,00
Напитки		
Какао молоко, какао-порошок, сахар	200 г	25,00
Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар	200 г	25,00
Чай черный с сахаром чай черн. листовой, сахар	200 г	20,00

Четверг

Наименование блюд/состав	**Выход**	**Цена**
Хлеб белый	25 г	3,00
Хлеб ржаной	25 г	3,00

Завтраки		
Каша «Дружба» с маслом 200/10 рис, пшено,молоко, сахар	200 г	35,00
Макаронник макароны, молоко, яйцо, соль, масло слив.	100 г	55,00
Салаты, холодные закуски		
Салат из свежей капусты капуста белокочанная, соль, сахар,масло раст., лимонная кислота	100 г	45,00
Салат «Фасолька» фасоль консервированная красная, кукуруза, сухарики,сыр, масло майонез	100 г	55,00
Салат «Слоеный» курица отварн.,картофель отварн., морковь по-корейски, лук репч., яйцо,майонез, соль	100/20 г	65,00
Супы		
Суп картофельный с клецками мука пшен., яйцо, картофель, морковь, лук, зелень, масло раст., соль, специи	250 г	50,00
Щи с мясом говядина, картофель, морковь, капуста, лук репч., томатная паста, масло раст., соль	300 г	55,00
Гарниры		
Гречка отварная гречневая крупа, масло раст., соль	150 г	27,00
Макароны отварные макаронные изд., масло раст., соль	150 г	25,00
Пюре картофельное картофель, молоко, масло слив., соль	150 г	50,00
Горячие блюда		
Зразы фарш мясной, морковь, лук, яйцо,соль, масло раст.	75 г	95,00
Плов с курицей рис, морковь, лук, курица, масло раст., соль, специи	225 г	95,00
Рыба тушеная с овощами минтай, лук, морковь, томатная паста, масло раст., соль, специи	70/30 г	95,00
Диетические блюда		
Овощи с маслом отварные	100 г	20,00
Грудка куриная отварная	75 г	95,00
Напитки		
Кофе с молоком молоко, кофе, сахар	200 г	25,00
Компот из сухофруктов	200 г	25,00

сухофрукты, сахар		
Чай черный с сахаром чай черн. листовой, сахар	200 г	20,00

Пятница

Наименование блюд/состав	Выход	Цена
Хлеб белый	25 г	3,00
Хлеб ржаной	25 г	3,00
Завтраки		
Каша манная с маслом 200/10 крупа манная, молоко, сахар	200 г	35,00
Запеканка творожная с зюмом 1/100 творог, яйцо, изюм, сметана, манка, сахар	100 г	50,00
Салаты, холодные закуски		
Морковь по-корейски морковь, чеснок, масло раст., сахар, соль, специи	100 г	45,00
Салат с крабовыми палочками с рисом палочки крабовые, кукуруза, огурец св., яйцо, рис, майонез, соль	100 г	55,00
Икра свекольная свекла отварная, лук репч., масло раст. томатная паста, соль	100 г	45,00
Супы		
Суп гороховый картофель, морковь, лук, зелень, горох, масло раст., соль, специи	250 г	50,00
Борщ с мясом говядина, свекла, картофель, морковь, капуста, лук репч., томатная паста, масло раст., соль	250 г	55,00
Гарниры		
Рис отварной рис, масло раст., соль	150 г	27,00
Макароны отварные макаронные изд., масло раст., соль	150 г	25,00
Горячие блюда		
Курочка жареная цыпленок, майонез, масло раст., соль, специи	75 г	95,00
Жаркое по домашнему скурицей курица, картофель, морковь, лук, масло раст., соль, специи	225 г	125,00
Шницель фарш мясной, лук, яйцо, сухари панировочные, соль, специи, масло раст.	75 г	95,00

Диетические блюда		
Овощи с маслом отварные	100 г	20,00
Котлета куриная на пару	75 г	65,00
Напитки		
Кисель витаминизированный кисель	200 г	25,00
Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар	200 г	25,00
Чай черный с сахаром чай черн. листовой, сахар	200 г	20,00

Неделя 2

Понедельник

Наименование блюд/состав	Выход	Цена
Хлеб белый	25 г	3,00
Хлеб ржаной	25 г	3,00
Завтраки		
Каша пшенная с маслом 200/10 рис, молоко, сахар	200 г	35,00
Омлет молоко, яйцо, соль, масло слив.	100 г	50,00
Салаты, холодные закуски		
Салат из свеклы с черносливом свекла, чернослив, масло раст.	100 г	55,00
Салат «Витаминный» капуста, морковь, огурец св., масло раст., сахар, соль, кислота лим.	100 г	50,00
Салат «Сельдь под шубой» сельдь сол., картофель отварн., морковь отварн., свекла отварн., яйцо, лук репч., майонез, соль	100/20 г	65,00
Супы		
Суп «Харчо» с курицей курица, рис, картофель, морковь, лук, томатная паста, соль, специи	250 г	55,00
Рассольник б/м перловка, картофель, морковь, огурец сол., лук репч., масло раст., соль	300 г	50,00
Гарниры		
Пюре гороховое горох, лук репч., масло раст., соль	150 г	35,00
Рагу овощное картофель, морковь, капуста, лук, томатная паста,	150 г	55,00

масло раст.,соль		
Картофель по-деревенски картофель, масло раст., соль, специи	150 г	55,00
Горячие блюда		
Рулет куриный филе грудки куриной, морковь, лук, соль	75 г	95,00
Котлеты рыбные минтай, яйцо, масло раст., соль, специи, сухари панировочные	100 г	95,00
Азу с говядиной говядина, лук, морковь, огурец сол., чеснок, масло раст., соль, специи	70/30 г	95,00
Диетические блюда		
Овощи с маслом отварные	100 г	20,00
Суфле из индейки	100 г	70,00
Напитки		
Какао молоко, какао-порошок, сахар	200 г	25,00
Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар	200 г	25,00
Чай черный с сахаром чай черн. листовой, сахар	200 г	20,00

Вторник

Наименование блюд/состав	**Выход**	**Цена**
Хлеб белый	25 г	3,00
Хлеб ржаной	25 г	3,00
Завтраки		
Каша «Дружба» с маслом 200/10 рис, пшено,молоко, сахар	200 г	35,00
Макаронник макароны, молоко, яйцо, соль, масло слив.	100 г	55,00
Салаты, холодные закуски		
Салат из свежей капусты капуста белокочанная, соль, сахар,масло раст., лимонная кислота	100 г	45,00
Салат «Фасолька» фасоль консервированная красная, кукуруза, сухарики,сыр, масло майонез	100 г	55,00
Салат «Слоеный» курица отварн.,картофель отварн., морковь по-корейски, лук репч., яйцо,майонез, соль	100/20 г	65,00
Супы		

Суп картофельный с клецками мука пшен., яйцо, картофель, морковь, лук, зелень, масло раст., соль, специи	250 г	50,00
Щи с мясом говядина, картофель, морковь, капуста, лук репч., томатная паста, масло раст., соль	300 г	55,00
Гарниры		
Гречка отварная гречневая крупа, масло раст., соль	150 г	27,00
Макароны отварные макаронные изд., масло раст., соль	150 г	25,00
Пюре картофельное картофель, молоко, масло слив., соль	150 г	50,00
Горячие блюда		
Зразы фарш мясной, морковь, лук, яйцо,соль, масло раст.	75 г	95,00
Плов с курицей рис, морковь, лук, курица, масло раст., соль, специи	225 г	95,00
Рыба тушеная с овощами минтай, лук, морковь, томатная паста, масло раст., соль, специи	70/30 г	95,00
Диетические блюда		
Овощи с маслом отварные	100 г	20,00
Грудка куриная отварная	75 г	95,00
Напитки		
Кофе с молоком молоко, кофе, сахар	200 г	25,00
Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар	200 г	25,00
Чай черный с сахаром чай черн. листовой, сахар	200 г	20,00

Среда

Наименование блюд/состав	**Выход**	**Цена**
Хлеб белый	25 г	3,00
Хлеб ржаной	25 г	3,00
Завтраки		
Каша манная с маслом 200/10 крупа манная, молоко, сахар	200 г	35,00
Запеканка творожная с зюмом 1/100 творог, яйцо, изюм, сметана, манка, сахар	100 г	50,00
Салаты, холодные закуски		
Морковь по-корейски	100 г	45,00

морковь, чеснок, масло раст., сахар, соль, специи		
Салат с крабовыми палочками с рисом палочки крабовые, кукуруза, огурец св., яйцо, рис, майонез, соль	100 г	55,00
Икра свекольная свекла отварная, лук репч., масло раст. томатная паста, соль	100 г	45,00
Супы		
Суп гороховый картофель, морковь, лук, зелень, горох, масло раст., соль, специи	250 г	50,00
Борщ с мясом говядина, свекла, картофель, морковь, капуста, лук репч., томатная паста, масло раст., соль	250 г	55,00
Гарниры		
Рис отварной рис, масло раст., соль	150 г	27,00
Макароны отварные макаронные изд., масло раст., соль	150 г	25,00
Горячие блюда		
Курочка жареная цыпленок, майонез, масло раст., соль, специи	75 г	95,00
Жаркое по домашнему скурицей курица, картофель, морковь, лук, масло раст., соль, специи	225 г	125,00
Шницель фарш мясной, лук, яйцо, сухари панировочные, соль, специи, масло раст.	75 г	95,00
Диетические блюда		
Овощи с маслом отварные	100 г	20,00
Котлета куриная на пару	75 г	65,00
Напитки		
Кисель витаминизированный кисель	200 г	25,00
Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар	200 г	25,00
Чай черный с сахаром чай черн. листовой, сахар	200 г	20,00

Четверг

Наименование блюд/состав	**Выход**	**Цена**
Хлеб белый	25 г	3,00
Хлеб ржаной	25 г	3,00
Завтраки		

Каша манная с маслом 200/10 манка, молоко, сахар	200 г	35,00
Запеканка творожная 1/100 творог, яйцо, сметана, манка, сахар	100 г	45,00
Салаты, холодные закуски		
Салат «Витаминный» капуста, морковь, огурец св., масло раст., сахар, соль, кислота лим.	100 г	50,00
Морковь по-корейски морковь, чеснок, масло раст., сахар, соль, специи	100 г	45,00
Салат с крабовыми палочками палочки крабовые, кукуруза, огурец св., яйцо, капуста, майонез, соль	100/20 г	55,00
Супы		
Щи б/м капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, соль, специи	250 г	45,00
Суп лапша с курицей курица, картофель, морковь, лук репч., лапша, масло раст., соль	300 г	50,00
Гарниры		
Макароны отварные макаронные изд., масло раст., соль	150 г	25,00
Капуста тушеная капуста, морковь, лук, томатная паста, соль	150 г	50,00
Гречка отварная гречневая крупа, масло раст., соль	150 г	27,00
Горячие блюда		
Котлета мясная фарш мясной, яйцо, лук, соль, специи	75 г	95,00
Гуляш куриный Филе куриное, лук, томатная паста, масло раст., соль, специи	70/30 г	95,00
Рыба жареная (минтай) минтай, масло раст., мука пшеничная	100 г	85,00
Диетические блюда		
Овощи с маслом отварные	100 г	20,00
Биточки из индейки паровые	75 г	70,00
Напитки		
Напиток ягодный ягода, сахар	200 г	25,00
Кисель витаминизированный кисель	200 г	25,00
Чай черный с сахаром	200 г	20,00

чай черн. листовой, сахар		

Пятница

Наименование блюд/состав	Выход	Цена
Хлеб белый	25 г	3,00
Хлеб ржаной	25 г	3,00
Завтраки		
Каша рисовая с маслом 200/10 рис, молоко, сахар	200 г	35,00
Сырники творог, яйцо, сахар, манка, ванилин, мука пшеничная, масло раст., сметана	100 г	75,00
Салаты, холодные закуски		
Винегрет капуста сол., морковь отварн., огурец сол., зел. горошек, картофель отварн., лук репч., масло раст., соль	100 г	50,00
Салат из свеж. огурцов и помидоров огурец свеж., помидор свеж., лук репч., сметана	100 г	55,00
Салат «Оливье» колбаса вар., картофель отварн., морковь отварн., огурец сол., яйцо, лук репч., майонез, соль	100/20 г	60,00
Супы		
Борщ с мясом говядина, капуста, картофель, морковь, свекла, лук, томатная паста, соль, специи	250 г	55,00
Суп рисовый б/м рис, картофель, морковь, лук репч., масло раст., соль	300 г	35,00
Гарниры		
Пюре картофельное картофель, молоко, масло слив., соль	150 г	50,00
Рис отварной с овощами рис, морковь, лук, кукуруза, соль	150 г	45,00
Спагетти отварные макаронные изделия (спагетти), масло раст., соль	150 г	35,00
Горячие блюда		
Куриная отбивная филе грудки куриной, морковь, лук, сыр, майонез, соль	75 г	95,00
Тефтели фарш мясной, рис, лук, морковь, томатная паста, масло раст., соль, специи	70/30 г	70,00
Окорочка куриные запеченные	100 г	85,00

окорочка, масло раст., соль, специи		
Диетические блюда		
Овощи с маслом отварные	100 г	20,00
Говядина отварная	75 г	95,00
Напитки		
Напиток ягодный ягода, сахар	200 г	25,00
Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар	200 г	25,00
Чай черный с сахаром чай черн. листовой, сахар	200 г	20,00