



01.09.2022



МЕНЮ 1 неделя 4 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Каша «Янтарная» из пшена с яблока	150	5,04	7,32	28,1	199,0
Омлет с сыром	60	7,5	6,9	1,0	129
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон обогащенный микронутр.	50	3,8	1,4	32,8	156,0
Апельсин свежий	100	0,9	0,2	8,1	43,0
Итого завтрак: 87р 45к		18,74	17,12	92,4	634,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат из свежих помидоров с маслом раст. (с 01.03 с луком зеленым)	60	0,6	4,1	1,98	65,0
Рассольник ленинградский со смет.	200/5	2,3	4,4	13,5	96,0
Биточки	90	13,5	13,9	11,34	225,0
Морковь, тушенная с рисом	150	2,8	6,24	24,0	191,0
Компот из изюма с витамином «С»	200	0,5	0,1	28,1	116,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащен.	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутр.	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		24,3	29,76	112,32	861,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат из свежих помидоров с маслом раст. (с 01.03 с луком зеленым)	100	1,0	10,2	3,3	109,0
Рассольник ленинградский со смет.	250/5	3,0	5,8	17,2	133,0
Голубцы ленивые	250	15,6	16,8	15,5	369,0
Компот из изюма с витамином С	200	0,5	0,1	28,1	116,0
Батон обогащенный микронутр.	40	3,0	1,12	23,24	115,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащен.	40	2,72	0,32	17,0	90,0
Апельсин свежий	100	0,9	0,2	8,1	43,0
Итого обед: 218р 62к		26,72	34,54	112,44	975,0

Заведующий производством



МЕНЮ 1 неделя 5 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг. Дыт	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с джемом абрикосовым	20/20	1,2	2,3	12,0	132,0
Каша гречневая молочная жидкая	150/5	7,6	7,5	25,9	118,0
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микронутр.	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Блок свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 87р 45к		11,3	11,0	79,1	435,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат из соленых огурцов с луком и маслом раст. (с 01.03 с луком зеленым)	60	1,62	3,1	1,56	40,0
Суп с макаронными изделиями и картофелем, с курой	200/10	2,6	3,0	15,2	112,0
Рыба, запеченная в сметанном соусе	90	9,6	7,8	6,3	159,0
Картофель отварной	150	2,9	4,7	23,5	148,0
Напиток из клюквы, прот. с сахаром	200	0,1	0,1	26,0	102,0
Йогурт в инд. упаковке 2,5% жирн.	125	3,5	2,5	17,2	113,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащен.	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутр.	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		24,92	22,22	123,16	842,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат из соленых огурцов с луком и маслом растит. (с 01.03 с луком зеленым)	100	2,7	5,1	2,6	67,0
Суп с макаронными изделиями и картофелем, с курой	250/10	4,4	3,2	19,0	126,0
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100	7,12	7,05	9,94	132,0
Картофель отварной	180	3,4	5,6	28,3	178,0
Напиток из клюквы, прот. с сахаром	200	0,1	0,1	24,9	102,0
Батон обогащенный микронутр.	40	3,0	1,12	23,24	115,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащен.	40	2,72	0,32	17,0	90,0
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	2,5	21,0	113,0
Итого обед: 218р 62к		23,84	22,89	131,78	857,0

Заведующий производством

03.09.2022

АО «Артис-Детское питание»
Ляско М.В.



№ 493

2022 г

МЕНЮ 1 неделя 6 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с сыром	15/20	5,0	5,0	10,3	132,0
Пудинг из творога со сгущ. Мол.	150/20	10,5	9,0	25,2	205,0
Молоко кипяченое	200	6,1	5,3	10,1	113,0
Батон обогащенный микронутр.	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Груша свежая	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 87р 45к		23,9	20,4	71,8	575,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат «Свеколка»	60	3,8	6,1	9,12	89,0
Щи из кваш. капусты со сметаной	200/5	3,0	4,7	4,3	82,0
Печень, тушенная в соусе смет.	90	10,97	7,74	8,0	149,0
Макаронные изделия отварные с овощами	150	6,7	8,0	27,5	209,0
Кисель плодово-ягодный с вит «С»	200	0,1	0,1	27,9	113,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащен.	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутр.	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		29,17	27,66	110,22	810,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат из свеклы отв. с маслом раст.	100	1,2	7,9	7,1	114,0
Щи из квашеной капусты со смет.	250/5	3,1	5,6	5,2	84,0
Печень, тушенная в соусе	100	13,3	8,6	8,7	166
Макаронные изделия отв. с овощ.	180	8,0	9,6	33,0	250,0
Сок фруктовый (мультифрут)	200	1,4	0,2	26,4	114,0
Батон обогащенный микронутр.	40	3,0	1,12	23,24	115,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащен.	40	2,72	0,32	17,0	90,0
Апельсин свежий	100	0,9	0,2	8,1	43,0
Итого обед: 218р 62к		33,62	33,54	128,74	976,0

Заведующий производством
