

АО «Артис - Детское питание»
Ляско М.В.

Директор



«16» 01 2023 г

МЕНЮ 1 неделя 1 день

Наименование	Выхо д г.	Белки г.	Жир ы г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен.,г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с сыром	20/20	8,70	8,40	14,58	117,00
Каша "Здоровье" из смеси круп молочная с маслом сливочным	150/5	8,25	9,89	33,00	230,93
Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,25	0,01	5,56	26,13
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого завтрак: 96р 90к		19,17	19,31	77,81	508,98
<u>ОБЕД</u>					
Салат из квашеной капусты с маслом растительным	60	0,64	2,06	3,96	45,64
Суп картофельный с горохом и птицей	200/10	4,88	5,92	15,48	148,14
Биточки рубленые из птицы	90	8,85	12,18	11,28	170,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	7,72	6,40	36,98	206,00
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 145р 30к		26,89	27,58	111,41	799,09
<u>ОБЕД</u>					
Салат из квашеной капусты с маслом растительным	100	1,00	3,17	5,74	56,06
Суп картофельный с горохом и птицей	250/10	5,64	6,74	17,35	169,18
Биточки рубленые из птицы	100	10,90	12,90	12,04	180,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,80	7,15	39,00	239,45
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Фрукты свежие (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Зефир обогащенный	35	0,98	3,16	18,06	106,41
Молоко в индивидуальной упаковке 2,5% жирности	200	5,80	5,00	9,60	108,00
Итого обед: 284р 70к		31,74	31,58	132,54	944,50

Заведующий производством

АО «Артис-Детское питание»

Ляско М.В.



Директор



«17» 01 2023 г

МЕНЮ 1 неделя 2 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
Бутерброд с джемом	20/20	1,62	0,60	24,86	109,20
Каша кукурузная жидкая с молоком и маслом сливочным	150/5	8,70	11,30	25,70	239,00
Кофейный напиток	180	2,04	1,12	11,41	64,28
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Итого завтрак: 96р 90к		15,86	16,15	67,61	483,12
ОБЕД					
Салат из свежих помидоров и горошка конс.с маслом раст.	60	1,06	2,62	3,23	49,86
Борщ со свежей капустой, картофелем, говядиной и сметаной	200/10/5	4,52	4,96	10,73	132,19
Тефтели рыбные	90	10,30	11,78	12,54	213,95
Пюре картофельное	150	3,28	7,24	22,06	162,92
Компот из смеси сухофруктов	180	0,41	0,09	26,81	110,43
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 145р 30к		23,47	27,53	100,90	821,26
ОБЕД					
Салат из свежих помидоров и горошка конс.с маслом раст.	100	1,77	2,37	5,38	83,10
Борщ со свежей капустой, картофелем, говядиной и сметаной	250/10/5	4,95	5,61	13,19	143,98
Тефтели рыбные	100	11,33	12,14	13,94	211,73
Пюре картофельное	180	3,91	7,62	26,47	176,75
Компот из смеси сухофруктов	180	0,41	0,09	26,81	110,43
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Печенье	40	0,60	3,92	29,00	140,02
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	1,00	0,20	20,20	86,00
Итого обед: 284р 70к		37,82	36,24	153,1	1089,0

Заведующий производством

АО «Артис - Детское питание»
Ляско М.В.



Директор




«18» 01 2023 г

МЕНЮ 1 неделя 3 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
Яйцо вареное	40 (1шт)	4,58	2,38	0,30	63,00
Макароны с сыром	155	8,65	13,66	35,16	287,25
Какао с молоком	180	3,48	2,79	10,08	80,55
Фрукты свежие (Мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Итого завтрак: 96р 90к		19,08	19,64	67,91	556,72
ОБЕД					
Огурец соленый кусочком	60	0,48	0,06	1,02	7,80
Суп крестьянский с крупой, птицей и сметаной	200/10/5	4,48	5,54	11,15	115,18
Плов со свиной	240	15,37	19,33	51,74	401,12
Напиток из плодов шиповника	180	0,29	0,13	19,00	79,47
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 145р 30к		24,52	25,90	108,44	755,48
ОБЕД					
Огурец соленый кусочком	100	0,80	0,10	1,70	13,00
Суп крестьянский с крупой, птицей и сметаной	250/10/5	4,93	8,59	12,09	155,54
Плов со свиной	280	17,93	20,55	52,36	467,97
Напиток из плодов шиповника	180	0,29	0,13	19,00	79,47
Фрукты свежие (Мандарин)	150	1,20	0,30	11,25	57,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Зефир обогащенный	35	0,98	3,16	18,06	106,41
Молоко в индивидуальной упаковке 2,5% жирности	200	5,80	5,00	9,60	108,00
Итого обед: 284р 70к		29,05	30,51	121,93	924,89

Заведующий производством





АО «Артис - Детское питание»
Ляско М.В.

Директор



«19» 01 2023 г

МЕНЮ 1 неделя 4 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
Пудинг из творога с яблоками	75	8,69	7,45	20,32	179,17
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") с маслом сливочным	150/5	4,70	8,50	23,80	201,14
Чай с сахаром	180	0,18	0,00	5,77	23,78
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Итого завтрак: 96р 90к		18,64	19,69	70,40	562,65
ОБЕД					
Салат "Яркий" из св. капусты с кукурузой и маслом растительным	60	1,05	6,06	3,27	61,39
Суп картофельный с рыбой	200/20	4,64	2,66	15,93	118,41
Рагу из птицы	240	11,90	13,50	25,17	342,10
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 145р 30к		24,89	24,20	105,21	811,88
ОБЕД					
Салат "Яркий" из св. капусты с кукурузой и маслом растительным	100	1,15	6,70	10,45	92,32
Суп картофельный с рыбой	250/20	4,89	2,87	20,99	131,45
Рагу из птицы	280	15,45	18,07	35,64	392,30
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Печенье	40	0,60	3,92	29,00	140,02
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	1,00	0,20	20,20	86,00
Итого обед: 284р 70к		29,79	31,79	116,43	916,02

Заведующий производством



АО «Артис - Детское питание»
Ляско М.В.



Директор

«20» 01 2023 г
МЕНЮ 1 неделя 5 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК					
Бутерброд с сыром	20/20	8,70	8,40	14,58	117,00
Саха гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	150/5	4,93	6,53	23,85	196,78
Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,25	0,01	5,56	26,13
Салат нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Фрукты свежие (Фрукты)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого завтрак: 96р 90к		15,85	15,85	69,16	474,83
ОБЕД					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,86	5,05	6,02	68,89
Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10/5	2,43	5,02	13,77	113,60
Печень, тушенная в соусе	100	12,34	11,40	8,10	163,00
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,79	33,70	205,60
Сисель из кураги	180	0,94	0,05	27,78	116,17
Салат нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 145р 30к		26,11	27,15	114,90	819,17
ОБЕД					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	100	1,01	5,74	6,62	98,45
Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	250/10/5	5,00	6,84	14,25	122,24
Печень, тушенная в соусе	100	12,34	11,40	8,10	163,00
Макаронные изделия отварные	180	6,30	5,58	36,04	223,18
Сисель из кураги	180	0,94	0,05	27,78	116,17
Фрукты свежие (Фрукты)	150	0,60	0,45	15,45	70,50
Салат нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Зефир обогащенный	35	0,98	3,16	18,06	106,41
Молоко в индивидуальной упаковке 2,5% жирности	200	5,80	5,00	9,60	108,00
Итого обед: 284р 70к		30,09	30,90	133,77	945,45

Заведующий производством

АО «Артис - Детское питание»
Ляско М.В.



Директор



«21» 01 2023 г
МЕНЮ 1 неделя 6 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ОБЕД					
Салат витаминный (1-й вариант)	100	0,90	2,40	7,68	77,39
Суп-лапша домашняя с птицей	250/20	3,17	3,95	13,01	101,83
Плов из птицы	280	16,20	17,01	38,10	374,10
Напиток апельсиновый	180	0,20	0,04	9,60	40,52
Ватрушка с творогом	75	4,10	4,30	30,90	154,44
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон парезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Печенье	40	0,60	3,92	29,00	140,02
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	1,00	0,20	20,20	86,00
Итого обед: 284р 70к		31,97	31,67	130,46	970,83

Заведующий производством