

АО «Арктик - Детское питание»



Директор



«13» 02 2023 г

МЕНЮ 1 неделя 1 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен.,г.
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Бутерброд с сыром	40	8,70	8,40	14,58	117,00
Каша "Здоровье" молочная с маслом сливочным	160	8,30	10,30	34,50	293,00
Чай с сахаром и лимоном	185	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		19,22	19,72	79,31	571,05
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Салат из квашеной капусты с маслом растительным	60	0,64	2,06	3,96	45,64
Суп картофельный с бобовыми и птицей	200/10	4,93	5,98	16,40	169,00
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		26,94	27,64	112,33	819,95
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Салат из квашеной капусты с маслом растительным	100	1,00	3,17	5,74	56,06
Суп картофельный с бобовыми и птицей	250/10	5,64	6,74	17,35	176,15
Биточки рубленые из птицы	100	10,60	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)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
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
Кондитерские изделия	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 комплексный обед: 284р 70к		38,02	39,54	155,30	1142,38

Заведующий производством

И. Баранова А.П.

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



«14» 02 2023 г

МЕНЮ 1 неделя 2 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	*Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Бутерброд с джемом	40	1,62	0,60	24,86	109,20
Каша кукурузная жидкая с молоком и маслом сливочным	160	9,50	12,50	25,90	255,00
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		18,23	17,96	82,68	587,04
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
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	200/10/10	5,70	5,05	11,10	132,00
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		24,65	27,62	101,27	821,07
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
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	250/10/10	6,20	5,61	16,80	145,89
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
Кондитерские изделия	40	0,60	3,92	29,00	140,02
Итого комплексный обед: 284р 70к		31,62	35,72	149,57	1090,47

Заведующий производством

Баранникова А.И.

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




«15» 02 2023 г

МЕНЮ 1 неделя 3 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Яйцо вареное	40	4,58	2,38	0,30	63,00
Макаронны с сыром	160	8,80	13,71	37,50	318,00
Какао с молоком	180	3,48	2,79	10,08	80,55
Фрукты свежие (Мандарины)	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		19,23	19,69	70,25	587,47
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Огурец соленый кусочком	60	0,48	0,06	1,02	7,80
Суп крестьянский с крупой, птицей и сметаной	200/10/10	5,50	6,10	12,30	174,00
Плов со свининой	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		25,54	26,46	109,59	814,30
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Огурец соленый кусочком	100	0,80	0,10	1,70	13,00
Суп крестьянский с крупой, птицей и сметаной	250/10/10	6,80	8,59	16,40	182,50
Плов со свининой	280	17,93	20,55	52,36	467,97
Напиток из плодов шиповника	180	0,29	0,13	19,00	79,47
Фрукты свежие (Мандарины)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
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
Кондитерские изделия	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 комплексный обед: 284р 70к		37,30	38,57	150,15	1147,26

Заведующий производством

 / Барашникова А.А.

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



Директор




«16» 02 2023 г

МЕНЮ 1 неделя 4 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
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	160	5,10	8,56	25,40	225,00
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		19,04	19,75	72,00	586,51
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Салат "Яркий" из св. капусты с кукурузой и маслом растительным	60	1,05	6,06	3,27	61,39
Суп картофельный с крупой и рыбой	200/20	4,87	2,80	20,40	128,00
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		25,12	24,34	109,68	821,47
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Салат "Яркий" из св. капусты с кукурузой и маслом растительным	100	1,15	6,70	10,45	92,32
Суп картофельный с крупой и рыбой	250/20	6,46	3,05	25,60	149,00
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
Кондитерские изделия	40	0,60	3,92	29,00	140,02
Итого комплексный обед: 284р 70к		31,96	35,89	150,04	1073,59

Заведующий производством

 /Берашкова АМ/

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



Директор

Андрей



« 17 » 02 2023 г

МЕНЮ 1 неделя 5 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Бутерброд с сыром	40	8,70	8,40	14,58	117,00
Саша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,93	6,53	23,85	265,00
Софейный напиток	180	2,04	1,12	11,41	64,28
Сатон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Фрукты свежие <i>(Фрукты)</i>	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого завтрак: 96р 90к		17,64	16,96	75,01	581,20
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,86	5,05	6,02	68,89
Рассольник с птицей и сметаной	200/10/10	2,70	5,50	14,10	115,90
Лечень, 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
Сатон 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		26,38	27,63	115,23	821,47
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	100	1,01	5,74	6,62	98,45
Рассольник с птицей и сметаной	250/10/10	5,00	6,84	14,50	128,10
Лечень, 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 <i>(Фрукты)</i>	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Сатон 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
Кондитерские изделия	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 комплексный обед: 284р 70к		36,67	38,91	156,53	1142,22

Заведующий производством

Л. Баранкова А.И.

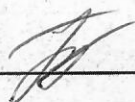
АО «Артис - Детское питание»
Ляско М.В.



«18» 02 2023 г
МЕНЮ 1 неделя 6 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
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	15,70	17,01	38,10	355,20
Напиток апельсиновый	180	0,20	0,04	9,60	40,52
Ватрушка с творогом	75	4,10	4,30	30,90	154,44
Фрукты свежие (Яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
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
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	1,00	0,20	20,20	86,00
Итого комплексный обед: 284р 70к		29,37	29,14	154,82	1014,29

Заведующий производством

 (Баранкова А.И.)