



Ляско М.З.



АО "Артис - Детское питание"

МЕНЮ
ДАТА: 20 января 2026

2 день 2 неделя

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак (7-11 лет) | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 40 | 6,10 | 6,50 | 10,30 | 125,20 |
| Каша ячневая молочная жидккая с маслом сливочным | 150 | 5,70 | 6,40 | 29,70 | 196,80 |
| Кофейный напиток | 200 | 3,70 | 2,50 | 21,10 | 122,40 |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,70 | 10,60 | 56,00 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого за прием пищи: | 510 | 18,00 | 16,30 | 79,80 | 543,40 |
| Обед (7-11 лет) | | | | | |
| Салат из моркови с огурцом свежим и маслом растительным (1 вар.) | 60 | 0,60 | 4,10 | 3,00 | 51,40 |
| или Салат из моркови с яблоком и маслом растительным (2 вар.) | 60 | 0,50 | 3,10 | 4,80 | 50,40 |
| Бульон куриный с вермишелью и курицей | 210 | 3,10 | 2,40 | 13,40 | 104,90 |
| Жаркое по-домашнему птицей и морковью | 240 | 17,80 | 17,10 | 32,10 | 353,38 |
| Напиток из клюквы, протертой с сахаром | 200 | 0,10 | 0,10 | 26,80 | 105,00 |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 20 | 1,60 | 0,70 | 10,60 | 56,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 2,60 | 0,30 | 17,00 | 81,60 |
| Итого за прием пищи (1 вар.): | 770 | 25,80 | 24,70 | 102,90 | 752,28 |
| Итого за прием пищи (2 вар.): | 770 | 25,70 | 23,70 | 104,70 | 751,28 |
| Комплексный обед (12-18 лет) | | | | | |
| Салат из моркови с огурцом свежим и маслом растительным (1 вар.) | 100 | 1,00 | 6,80 | 5,00 | 85,70 |
| или Салат из моркови с яблоком и маслом растительным (2 вар.) | 100 | 0,80 | 5,20 | 8,00 | 84,00 |
| Бульон куриный с вермишелью и курицей | 260 | 3,90 | 3,00 | 16,80 | 131,10 |
| Жаркое по-домашнему птицей и морковью | 280 | 20,80 | 20,00 | 37,50 | 412,30 |
| Напиток из клюквы, протертой с сахаром | 200 | 0,10 | 0,10 | 26,80 | 105,00 |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 30 | 2,40 | 1,05 | 15,90 | 84,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 2,60 | 0,30 | 17,00 | 81,60 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого за прием пищи (1 вар.): | 1010 | 31,20 | 31,65 | 128,80 | 946,70 |
| Итого за прием пищи (2 вар.): | 1010 | 31,00 | 30,05 | 131,80 | 945,00 |

Заведующий производством (Буфетчик)

Кузьмин