



АО "Артис - Детское питание"  
Ляско М.З.

Директор 1504 № 348

### МЕНЮ

ДАТА: 21 марта 2026г

6 день 2 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Комплексный обед (12-18 лет)                      |                 |                  |         |             |                               |
| Огурец свежий кусочком (1 вар.)                   | 100             | 0,80             | 0,10    | 2,50        | 14,00                         |
| или Огурец соленый кусочком (2 вар.)              | 100             | 0,80             | 0,10    | 1,70        | 13,00                         |
| Суп картофельный с рисом и курой                  | 260             | 4,90             | 5,60    | 17,50       | 140,40                        |
| Тефтели из говядины                               | 100             | 14,00            | 16,70   | 14,50       | 273,60                        |
| Капуста тушеная                                   | 180             | 4,50             | 7,50    | 20,00       | 167,60                        |
| Кисель из кураги                                  | 200             | 0,70             | 0,10    | 37,00       | 151,00                        |
| 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.):                     | 900             | 29,10            | 31,00   | 119,10      | 884,20                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                     | 900             | 29,10            | 31,00   | 118,30      | 883,20                        |

Заведующий производством (Буфетчик)