

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



№ 386

«18» 04

2023 г

МЕНЮ 2 неделя 2 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Йогурт вареный	40	4,58	2,38	0,30	63,00
Макаронные изделия с сыром	160	8,80	13,71	37,50	318,00
Чай с вареньем	180	0,20	0,00	14,70	58,30
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Фрукты свежие	100	1,23	0,27	11,04	58,64
Итого завтрак: 96р 90к		16,38	16,97	78,41	585,86
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Огурец соленый кусочком	60	0,48	0,06	1,02	7,80
Суп сибирский со сметаной	200/10	4,50	6,70	13,50	185,00
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	240	15,08	18,26	22,48	326,84
Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0,07	0,05	22,34	87,75
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 145р 30к		26,53	26,87	102,00	819,97
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Огурец соленый кусочком	100	0,80	0,10	1,70	11,07
Суп сибирский со сметаной	250/10	4,98	7,50	22,10	198,00
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	280	17,29	21,30	26,23	381,31
Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0,07	0,05	22,34	87,75
Фрукты свежие	100	1,23	0,27	11,04	58,64
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	40	0,60	3,92	29,00	140,02
Молоко в индивидуальной упаковке 2,5% жирности	200	5,80	5,00	9,60	108,00
Итого комплексный обед: 284р 70к		37,17	39,94	164,67	1197,37

Заведующий производством