

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

Директор

№ 586

МЕНЮ 1 неделя 1 день

2022 г

| Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                      |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| ЗАВТРАК                                              |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с сыром                                    | 15/20           | 4,98             | 5,01    | 10,28       | 117,00                        |
| Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5           | 5,15             | 7,50    | 20,51       | 172,69                        |
| Чай с сахаром и лимоном                              | 200/5           | 0,25             | 0,01    | 6,56        | 28,12                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами          | 30              | 1,88             | 0,73    | 17,85       | 105,50                        |
| Фрукты свежие                                        | 110             | 0,44             | 0,44    | 10,78       | 51,70                         |
| Итого завтрак: 87р 45к                               | 535             | 12,70            | 13,69   | 65,98       | 475,01                        |
| ОБЕД 7-11                                            |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным      | 60              | 0,64             | 2,06    | 3,96        | 45,64                         |
| Суп картофельный с горохом и гречками                | 200/10          | 4,93             | 4,82    | 16,71       | 144,74                        |
| 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: 131р 17к                                 | 750             | 26,94            | 26,48   | 112,64      | 795,69                        |
| ОБЕД 12-18                                           |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным      | 100             | 1,00             | 3,17    | 5,74        | 56,06                         |
| Суп картофельный с горохом и гречками                | 250/10          | 5,08             | 5,11    | 19,90       | 147,90                        |
| Биточки рубленые из птицы                            | 100             | 11,90            | 13,12   | 12,04       | 183,00                        |
| Каша гречневая рассыпчатая                           | 180             | 8,80             | 8,15    | 39,00       | 268,45                        |
| Сок фруктовый                                        | 180             | 0,90             | 0,18    | 18,18       | 77,40                         |
| Фрукты свежие                                        | 110             | 0,44             | 0,44    | 10,78       | 51,70                         |
| 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: 218р 62к                                 | 990             | 32,02            | 31,01   | 131,17      | 936,42                        |

Заведующий производством