



Ляско М.З.

Директор



## МЕНЮ

ДАТА: 01.12.25

Дата: 27.07.2023

| 1 день 2 неделя                                   |                 |                  |         |             |                               |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (12-18 лет)                               |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с ветчиной                              | 40              | 5,30             | 5,90    | 10,30       | 117,40                        |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным          | 200             | 7,60             | 8,50    | 37,10       | 261,30                        |
| Чай с сахаром и лимоном                           | 200             | 0,30             | 0,00    | 12,60       | 52,10                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 30              | 2,40             | 1,05    | 15,90       | 84,00                         |
| Йогурт в индивидуальной упаковке                  | 125             | 4,00             | 3,10    | 13,80       | 97,50                         |
| Итого за прием пищи:                              | 595             | 19,60            | 18,55   | 89,70       | 612,30                        |
| Обед (12-18 лет)                                  |                 |                  |         |             |                               |
| Огурец соленный кусочком                          | 100             | 0,80             | 0,10    | 1,70        | 13,00                         |
| Суп из овощей с птицей и сметаной                 | 265             | 5,40             | 3,90    | 10,70       | 102,90                        |
| Котлеты, биточки, шницели (особые)                | 100             | 14,10            | 18,70   | 11,80       | 286,00                        |
| Рис отварной                                      | 180             | 4,40             | 7,60    | 39,40       | 243,60                        |
| Сок фруктовый                                     | 200             | 1,40             | 0,20    | 26,40       | 113,00                        |
| 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:                              | 905             | 30,30            | 31,50   | 117,60      | 896,10                        |

Заведующий производством (Буфетчик)

*Ан (Белеканов)*



# МЕНЮ

ДАТА:

02.12.25

## 2 день 2 недели

| Прием пищи, наименование блюда                                   | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (12-18 лет)                                              |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с сыром                                                | 40              | 6,10             | 6,50    | 10,30       | 125,20                        |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочным                         | 200             | 7,60             | 8,50    | 39,60       | 262,40                        |
| 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:                                             | 560             | 19,90            | 18,40   | 89,70       | 609,00                        |
| 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                         |
| Итого за прием пищи (1 вар.):                                    | 910             | 30,80            | 31,25   | 119,00      | 899,70                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                                    | 910             | 30,60            | 29,65   | 122,00      | 898,00                        |

Заведующий производством (Буфетчик)

*А. П. Плеханов*





Директор

## МЕНЮ

ДАТА:

03.12.25

Дата: \_\_\_\_\_

| 3 день 2 неделя                                                     |                 |                  |         |             |                               |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                                      | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                                                                     |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (12-18 лет)                                                 |                 |                  |         |             |                               |
| Запеканка из творога                                                | 50              | 9,60             | 8,60    | 10,00       | 158,70                        |
| Каша "Дружба" с пшеном и рисом молочная с маслом сливочным          | 200             | 6,10             | 10,00   | 26,80       | 224,00                        |
| Чай с вареньем                                                      | 200             | 0,30             | 0,10    | 15,30       | 60,10                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами                         | 30              | 2,40             | 1,05    | 15,90       | 84,00                         |
| Фрукты свежие                                                       | 100             | 0,40             | 0,30    | 10,30       | 47,00                         |
| Итого за прием пищи:                                                | 580             | 18,80            | 20,05   | 78,30       | 573,80                        |
| Обед (12-18 лет)                                                    |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из свежих помидоров с маслом растительным (1 вар.)            | 100             | 1,00             | 10,20   | 4,30        | 115,30                        |
| или Салат из соленых огурцов с луком и маслом растительным (2 вар.) | 100             | 0,80             | 10,20   | 2,70        | 106,70                        |
| Борщ сибирский вегетарианский со сметаной                           | 255             | 3,90             | 4,60    | 16,20       | 125,60                        |
| Сердце в соусе                                                      | 100             | 13,08            | 9,18    | 2,85        | 152,00                        |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным                       | 180             | 4,30             | 5,50    | 45,20       | 247,20                        |
| Сок фруктовый                                                       | 200             | 0,80             | 0,00    | 20,60       | 84,00                         |
| 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.):                                       | 895             | 27,28            | 30,48   | 116,75      | 861,70                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                                       | 895             | 27,08            | 30,48   | 115,15      | 853,10                        |

Заведующий производством (Буфетчик)

*Л. (Буланов)*



АО "Артис-Детское питание"

Ляско М.З.

Директор



## МЕНЮ

ДАТА:

04.12.25

## 4 день 2 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                      |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (12-18 лет)                                  |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с ветчиной                                 | 40              | 5,30             | 5,90    | 10,30       | 117,40                        |
| Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным       | 200             | 6,10             | 8,40    | 30,50       | 221,50                        |
| Какао с молоком                                      | 200             | 3,90             | 3,10    | 17,20       | 113,44                        |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами          | 30              | 2,40             | 1,05    | 15,90       | 84,00                         |
| Фрукты свежие                                        | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи:                                 | 570             | 18,10            | 18,85   | 83,70       | 583,34                        |
| Обед (12-18 лет)                                     |                 |                  |         |             |                               |
| Салат витаминный (1-й вариант)                       | 100             | 1,20             | 5,20    | 9,50        | 90,00                         |
| Суп картофельный с макаронными изделиями и говядиной | 260             | 5,70             | 9,70    | 20,80       | 192,90                        |
| Фрикадельки рыбные отварные                          | 100             | 14,60            | 7,10    | 7,80        | 149,90                        |
| Картофельное пюре                                    | 180             | 3,70             | 6,50    | 24,40       | 169,20                        |
| Компот из смеси сухофруктов                          | 200             | 0,60             | 0,10    | 31,70       | 131,00                        |
| 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:                                 | 900             | 30,00            | 29,60   | 121,80      | 870,60                        |

Заведующий производством (Буфетчик)

И. (Делеканов)





Директор



## МЕНЮ

ДАТА:

05.12.25

## 5 день 2 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (12-18 лет)                               |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с сыром                                 | 40              | 6,10             | 6,50    | 10,30       | 125,20                        |
| Каша овсяная молочная жидкая с маслом сливочным   | 200             | 6,90             | 10,00   | 29,30       | 235,50                        |
| Чай с сахаром                                     | 200             | 0,20             | 0,00    | 12,40       | 50,40                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 30              | 2,40             | 1,05    | 15,90       | 84,00                         |
| Йогурт в индивидуальной упаковке                  | 125             | 4,00             | 3,10    | 13,80       | 97,50                         |
| Итого за прием пищи:                              | 595             | 19,60            | 20,65   | 81,70       | 592,60                        |
| Обед (12-18 лет)                                  |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из свеклы отварной с маслом растительным    | 100             | 1,30             | 6,00    | 8,30        | 92,80                         |
| Рассольник ленинградский со сметаной              | 255             | 2,50             | 5,50    | 17,30       | 131,50                        |
| Птица, тушенная в сметанном соусе                 | 100             | 12,80            | 13,20   | 3,50        | 168,80                        |
| Макаронные изделия отварные с маслом сливочным    | 180             | 6,60             | 5,80    | 37,60       | 229,20                        |
| Сок фруктовый                                     | 200             | 1,40             | 0,20    | 26,40       | 113,00                        |
| 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:                              | 895             | 28,80            | 31,70   | 120,70      | 872,90                        |

Заведующий производством (Буфетчик)

И.И. Буланов