

**МЕНЮ 1 неделя 1 день**

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с сыром	15/20	5,0	5,0	10,3	132,0
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150/5	5,1	7,5	18,9	163,0
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 87р 45к		15,3	16,1	80,2	502,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат картофельный с сол. огурцами и маслом раст. (с 01.03 луком зел.)	60	0,8	5,3	14,3	50,0
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	1,5	4,3	10,4	110,0
Плов из птицы	200	20,7	17,27	36,9	359
Компот из смеси сухофруктов с вит. С	200	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		28,2	27,99	126,7	818,0

Заведующий производством _____

АО «Артис - Детское питание»



Согласовано:

Директор

№

« »

2022 г

МЕНЮ 1 неделя 2 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с повидлом	40	1,2	1,2	12,0	132,0
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	5,6	6,4	22,8	179,0
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Йогурт фруктовый в инд. упаковке	125	3,5	2,5	17,2	113,0
Итого завтрак: 87р 45к		12,4	10,9	83,4	562,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат из квашеной капусты с маслом растительным (С 01.03 с луком зеленым)	60	1,0	3,1	4,6	50,0
Суп картофельный с горохом и гренками из пшеничного хлеба	200/10	5,4	4,6	17,5	156,0
Тефтели рыбные, соус томатный	90/50	11,5	11,9	14,9	185,0
Пюре картофельное	150	3,1	5,4	20,3	141,0
Напиток яблочный с витамином С	200	0,1	0,1	26,4	108,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		25,7	26,12	117,10	808,0

Заведующий производством _____

**МЕНЮ 1 неделя 3 день**

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150/5	3,9	6,3	21,6	159,0
Запеканка из творога с морковью и молоком сгущенным	60/20	13,5	7,8	24,8	235,0
Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	15,2	62,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 87р 45к		20,0	15,3	87,8	581,0
<u>ОБЕД</u>					
Винегрет овощной с сельдью и маслом растительным (01.03 с луком зеленым)	60/20	2,18	3,82	3,0	78,0
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,4	4,64	13,76	96,0
Зразы рубленые	90	15,2	16,0	10,8	189,0
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191,0
Сок фруктовый (апельсиновый)	200	1,4	0,2	26,4	114,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		31,2	30,48	118,66	836,0

Заведующий производством _____

**МЕНЮ 1 неделя 4 день**

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Каша «Янтарная» из пшена с яблоками	150	5,04	7,32	28,1	199,0
Омлет с сыром	60	7,5	6,9	1,0	129
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон обогащенный микронутриентами	50	3,8	1,4	32,8	156,0
Апельсин свежий	100	0,9	0,2	8,1	43,0
Итого завтрак: 87р 45к		18,74	17,12	92,4	634,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат из свежих помидоров с маслом растительным (с 01.03 с луком зеленым)	60	0,6	4,1	1,98	65,0
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2,3	4,4	13,5	96,0
Биточки	90	13,5	13,9	11,34	225,0
Морковь, тушенная с рисом	150	2,8	6,24	24,0	191,0
Компот из изюма с витамином «С»	200	0,5	0,1	28,1	116,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		24,3	29,76	112,32	861,0

Заведующий производством _____

**МЕНЮ 1 неделя 5 день**

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с джемом абрикосовым	20/20	1,2	2,3	12,0	132,0
Каша гречневая молочная жидкая	150/5	7,6	7,5	25,9	118,0
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 87р 45к		11,3	11,0	79,1	435,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат из соленых огурцов с луком и маслом растительным (с 01.03 с луком зеленым)	60	1,62	3,1	1,56	40,0
Суп с макаронными изделиями и картофелем, с курой	200/10	2,6	3,0	15,2	112,0
Рыба, запеченная в сметанном соусе	90	9,6	7,8	6,3	159,0
Картофель отварной	150	2,9	4,7	23,5	148,0
Напиток из клюквы, протертой с сахаром с вит.С	200	0,1	0,1	26,0	102,0
Йогурт в инд. упаковке производителя 2,5% жирности	125	3,5	2,5	17,2	113,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		24,92	22,22	123,16	842,0

Заведующий производством _____

**МЕНЮ 1 неделя 6 день**

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с сыром	15/20	5,0	5,0	10,3	132,0
Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	10,5	9,0	25,2	205,0
Молоко кипяченое	200	6,1	5,3	10,1	113,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Груша свежая	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 87р 45к		23,9	20,4	71,8	575,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат «Свеколка»	60	3,8	6,1	9,12	89,0
Щи из квашеной капусты со сметаной	200/5	3,0	4,7	4,3	82,0
Печень, тушенная в соусе сметанном	90	10,97	7,74	8,0	149,0
Макароны отварные с овощами	150	6,7	8,0	27,5	209,0
Кисель плодово-ягодный с витамином «С»	200	0,1	0,1	27,9	113,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		29,17	27,66	110,22	810,0

Заведующий производством _____

**МЕНЮ 2 неделя 1 день**

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с джемом абрикосовым	40	1,2	2,3	12,0	132,0
Каша «Дружба» с маслом сливочным	150/5	4,81	7,7	20,77	174,0
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 87р 45к		9,81	12,4	81,37	538,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат картофельный с маслом растительным (с 01.03 с луком зеленым)	60	1,0	9,2	7,14	115,0
Суп из овощей со сметаной	200/5	2,1	3,4	8,9	99,0
Котлеты рубленые из птицы, масло сливочное	90/5	16,7	12,78	15,3	243,0
Рис отварной	150	3,7	6,3	32,8	203,0
Сок фруктовый (мультифрут)	200	1,4	0,2	26,4	114,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		29,5	32,9	123,94	942,0

Заведующий производством _____

АО «Артис-Детское питание»



Согласовано:

Директор №

« » 2022 г

МЕНЮ 2 неделя 2 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с сыром	15/20	5,0	5,0	10,3	132,0
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/5	5,9	9,1	18,3	146,0
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Апельсин свежий	100	0,9	0,2	8,1	43,0
Итого завтрак: 87р 45к		13,9	15,1	68,10	459,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат из квашеной капусты с маслом растительным (с 01.03 с луком зеленым)	60	1,0	3,06	4,62	50,0
Суп картофельный с рыбой	200/20	7,2	3,0	18,0	122,0
Жаркое по-домашнему со свиной	200	23,5	19,8	21,6	399,0
Напиток яблочный с витамином «С»	200	0,1	0,1	26,4	108,0
Йогурт в инд. упаковке производителя 2,5% жирности	125	3,5	2,5	17,2	113,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		39,9	29,48	121,22	960,0

Заведующий производством _____

**МЕНЮ 2 неделя 3 день**

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0
Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	150/20	8,5	11,4	44,4	317,0
Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	15,2	62,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 87р 45к		16,2	17,2	86,1	567,0
<u>ОБЕД</u>					
Помидор свежий (кусочком)	60	0,2	0,0	2,3	11,0
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	200/5	4,0	5,0	15,0	130,0
Тефтели (1-й вариант), соус томатный	90/30	13,35	15,6	9,9	238,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,0
Компот из чернослива с витамином «С»	200	0,6	0,2	29,3	124,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		26,35	26,42	127,6	877,0

Заведующий производством _____

АО «Артис - Детское питание»



Согласовано:

Директор №

« » 2022 г

МЕНЮ 2 неделя 4 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с повидлом	40	1,2	1,2	12,0	132,0
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150/5	5,6	6,9	24,4	183,0
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Апельсин свежий	100	0,9	0,2	8,1	43,0
Итого завтрак: 87р 45к		12,5	11,5	85,7	570,0
<u>ОБЕД</u>					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,7	5,0	4,3	68,0
Рассольник с курой, со сметаной	200/10/5	4,0	5,0	12,0	124,0
Котлета рыбная любительская соус паровой	90/50	10,8	2,9	4,5	130,0
Пюре картофельное	150	3,1	5,4	20,3	141,0
Напиток из клюквы, протертой с сахаром, с витамином С	200	0,1	0,1	26,0	102,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		23,3	19,42	100,5	733,0

Заведующий производством _____

**МЕНЮ 2 неделя 5 день**

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Бутерброд с сыром	15/20	5,0	5,0	10,3	132,0
Каша пшеничная молочная с маслом сл.	150/5	5,6	6,4	24,8	179,0
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого завтрак: 87р 45к		14,4	13,8	83,7	543,0
<u>ОБЕД</u>					
Икра морковная	60	2,3	4,9	4,5	71,0
Суп крестьянский с крупой перловой	200	2,8	5,1	11,0	117,0
Фрикадельки из птицы, масло сливочное	90/5	10,9	11,25	15,3	186,0
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191,0
Напиток лимонный с витамином С	200	0,2	0,0	25,7	105,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Итого обед: 131р 17к		26,3	27,07	121,2	838,0

Заведующий производством _____

**МЕНЮ 2 неделя 6 день**

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК</u>					
Каша манная молочная с маслом сливочным	150/5	4,6	6,2	20,7	157,0
Пудинг из творога с яблоками	60	13,5	10,4	34,1	246,0
Молоко кипяченое	200	6,1	5,3	10,1	113,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Мандарин свежий	100	0,6	0,0	6,0	30,0
Итого завтрак: 87р 45к		26,7	22,6	87,3	625,0
<u>ОБЕД</u>					
Огурец соленый (кусочком)	60	0,2	0,0	4,3	8,0
Суп картофельный	200	2,9	2,3	15,4	94,0
Запеканка из печени с рисом	90	8,72	15,02	7,68	200,0
Рагу овощное	150	3,5	6,7	11,5	119,0
Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,7	0,32	17,0	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	16,4	78,0
Йогурт в инд. упаковке производителя 2,5% жирности	125	3,5	2,5	17,2	113,0
Итого обед: 131р 17к		24,12	27,84	113,88	805,0

Заведующий производством _____