

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



Директор ПБОУ № 348



« 7 » марта 2023 г.

### МЕНЮ 2 неделя 2 день

| Наименование                                      | Выход,<br>г. | Белки,<br>г. | Жиры,<br>г.  | Уг-ды г.      | Энерг.<br>Цен., г. |
|---|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| <b>ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)</b>                         |              |              |              |               |                    |
| Яйцо вареное                                      | 40           | 4,58         | 2,38         | 0,30          | 63,00              |
| Макаронны с сыром                                 | 160          | 8,80         | 13,71        | 37,50         | 318,00             |
| Чай с вареньем                                    | 180          | 0,20         | 0,00         | 14,70         | 58,30              |
| Сатон нарезной обогащенный микронутриентами       | 25           | 1,57         | 0,61         | 14,87         | 87,92              |
| Фрукты свежие <i>апельсин</i>                     | 100          | 1,23         | 0,27         | 11,04         | 58,64              |
| <b>Итого завтрак: 96р 90к</b>                     |              | <b>16,38</b> | <b>16,97</b> | <b>78,41</b>  | <b>585,86</b>      |
| <b>ОБЕД (7-11 ЛЕТ)</b>                            |              |              |              |               |                    |
| Огурец соленый кусочком                           | 60           | 0,48         | 0,06         | 1,02          | 7,80               |
| Сорщ 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              |
| Сатон нарезной обогащенный микронутриентами       | 50           | 3,75         | 1,45         | 25,70         | 131,00             |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40           | 2,65         | 0,35         | 16,96         | 81,58              |
| <b>Итого обед: 145р 30к</b>                       |              | <b>26,53</b> | <b>26,87</b> | <b>102,00</b> | <b>819,97</b>      |
| <b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)</b>               |              |              |              |               |                    |
| Огурец соленый кусочком                           | 100          | 0,80         | 0,10         | 1,70          | 11,07              |
| Сорщ 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 <i>апельсин</i>                     | 100          | 1,23         | 0,27         | 11,04         | 58,64              |
| Сатон нарезной обогащенный микронутриентами       | 50           | 3,75         | 1,45         | 25,70         | 131,00             |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40           | 2,65         | 0,35         | 16,96         | 81,58              |
| Сондитерские изделия <i>печенье</i>               | 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             |
| <b>Итого комплексный обед: 284р 70к</b>           |              | <b>37,17</b> | <b>39,94</b> | <b>164,67</b> | <b>1197,37</b>     |

Заведующий производством

*Кушедоба*