

Сомосова  
 Директор  
 Гавриков



УТВЕРЖДАЮ  
 Генеральный директор  
 АО "Артис-Детское питание"  
 Ляско М.В.  
 Действует с 02.09.2024 г.



### Модульные обеды

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
<b>1 день Понедельник</b>					
<b>Вариант 1</b>					
Котлеты, рубленые из птицы	80	13,69	10,46	12,32	198,18
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,79	36	209,67
Компот из сухофруктов	200	0,46	0,1	37,11	151,18
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105,03
<b>ИТОГО</b>		<b>22,62</b>	<b>16,60</b>	<b>121,34</b>	<b>725,24</b>
<b>Вариант 2</b>					
Филе кури, запеченное в яйце	80	18,48	15,06	3,14	222,02
Картофельное пюре	150	3,28	5,24	22,06	209,67
Компот из сухофруктов	200	0,46	0,1	37,11	151,18
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105,03
<b>ИТОГО</b>		<b>25,05</b>	<b>21,65</b>	<b>98,22</b>	<b>761,42</b>
<b>2 день Вторник</b>					
<b>Вариант 1</b>					
Котлеты рыбные	80	10,4	9,1	12	216,96
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,60
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,60
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	124,74
<b>ИТОГО</b>		<b>19,24</b>	<b>17,10</b>	<b>104,94</b>	<b>710,93</b>
<b>Вариант 2</b>					
Сосиска отварная 1 шт.	50	5,61	12,19	0,2	132,95
Картофель отварной	150	3,03	4,73	24,49	177,60
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,60
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18



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



Согласовано:  
Директор № 388  
Ляско М.В.  
2024

**МЕНЮ**  
**МОДУЛЬНЫЕ ОБЕДЫ**  
**1 день Понедельник**

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. цен., г.
<b><u>1 вариант</u></b>					
Котлеты, рубленные из птицы	80	13,69	10,46	12,32	198,18
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,79	36,00	209,67
Компот из сухофруктов	200	0,46	0,10	37,11	151,18
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105,03
<b>Итого:</b>		<b>22,62</b>	<b>16,60</b>	<b>121,34</b>	<b>725,24</b>
<b><u>2 вариант</u></b>					
Филе кури, запеченное в яйце	80	18,48	15,06	3,14	222,02
Картофельное пюре	150	3,28	5,24	22,06	209,67
Компот из сухофруктов	200	0,46	0,10	37,11	151,18
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105,03
<b>Итого:</b>		<b>25,05</b>	<b>21,65</b>	<b>98,22</b>	<b>761,42</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



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



Согласовано:  
Директор 2604 № 388  
Павлюкова И.И.



## МЕНЮ МОДУЛЬНЫЕ ОБЕДЫ 2 день Вторник

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<b>1 вариант</b>					
Котлеты рыбные	80	10,4	9,1	12	216,96
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,60
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,60
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	124,74
<b>Итого:</b>		<b>19,24</b>	<b>17,10</b>	<b>104,94</b>	<b>710,93</b>
<b>2 вариант</b>					
Сосиска отварная 1шт.	50	5,61	12,19	0,2	132,95
Картофель отварной	150	3,03	4,73	24,49	177,60
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,60
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	124,74
<b>Итого:</b>		<b>13,88</b>	<b>20,32</b>	<b>79,93</b>	<b>583,07</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



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



Согласовано:

Директор 2604 № 388



**МЕНЮ  
МОДУЛЬНЫЕ ОБЕДЫ  
3 день Среда**

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<b><u>1 вариант</u></b>					
Биточки из говядины	80	13,34	15,03	12,63	239,15
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,79	36	209,67
Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,01	15,6	63,53
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<b>Итого:</b>		<b>21,63</b>	<b>20,49</b>	<b>86,75</b>	<b>617,93</b>
<b><u>2 вариант</u></b>					
Шницель, рубленый из говядины	80	13,16	14,87	12,63	236,99
Рис отварной	150	3,82	6,32	40,02	232,24
Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,01	15,6	63,53
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	44,40
<b>Итого:</b>		<b>19,6</b>	<b>21,9</b>	<b>90,8</b>	<b>638,3</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



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



Согласовано:  
Директор *Ляско М.В.* № 388  
*Ляско М.В.*  
2024 г.

## МЕНЮ МОДУЛЬНЫЕ ОБЕДЫ 4 день Четверг

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<b><u>1 вариант</u></b>					
Котлеты, рубленые из птицы	80	13,69	10,46	12,32	198,18
Рис отварной	150	3,82	6,32	40,02	232,24
Компот из кураги	200	1,04	0,06	34,15	141,30
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105,03
Итого:		<b>21,38</b>	<b>18,09</b>	<b>122,40</b>	<b>737,93</b>
<b><u>2 вариант</u></b>					
Филе кури, запеченное в яйце	80	18,48	15,06	3,14	222,02
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,60
Компот из кураги	200	1,04	0,06	34,15	141,30
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105,03
Итого:		<b>25,95</b>	<b>20,97</b>	<b>110,90</b>	<b>736,13</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



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



Согласовано:  
Директор *И.И. Ивашкина* № 388  
*29.08* 2024 г.



**МЕНЮ**  
**МОДУЛЬНЫЕ ОБЕДЫ**  
5 день Пятница

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<b><u>1 вариант</u></b>					
Сосиска отварная 1шт.	50	5,61	12,19	0,2	132,95
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,79	36	209,67
Напиток лимонный	200	0,14	0,02	24,43	98,46
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	124,74
<b>Итого:</b>		<b>15,63</b>	<b>20,20</b>	<b>95,67</b>	<b>692,23</b>
<b><u>2 вариант</u></b>					
Оладьи из печени	80	15,31	15,97	6,71	231,81
Картофельное пюре	150	3,28	5,24	22,06	190,40
Напиток лимонный	200	0,14	0,02	24,43	116,60
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	98,46
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	61,18
<b>Итого:</b>		<b>22,97</b>	<b>24,43</b>	<b>88,24</b>	<b>698,45</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



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



Согласовано:  
Директор *И.И.И.* № *308*  
*И.И.И.*  
2024 г



## МЕНЮ МОДУЛЬНЫЕ ОБЕДЫ 7 день Понедельник

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<b><u>1 вариант</u></b>					
Плов из говядины	200	18,35	20,58	43,37	432,10
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	106,90
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105,03
<b>Итого:</b>		<b>21,28</b>	<b>21,93</b>	<b>105,68</b>	<b>705,21</b>
<b><u>2 вариант</u></b>					
Шницель, рубленый из говядины	80	13,16	14,87	12,63	236,99
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,79	36	209,67
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	106,90
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105,03
<b>Итого:</b>		<b>21,73</b>	<b>21,01</b>	<b>110,94</b>	<b>719,77</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



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



Согласовано:  
Директор 2604 № 388  
Давыдова И.И.  
29.08.14



## МЕНЮ МОДУЛЬНЫЕ ОБЕДЫ 8 день Вторник

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<b><u>1 вариант</u></b>					
Филе кури, запеченное в яйце	80	18,48	15,06	3,14	222,02
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,60
Компот из смеси сухофруктов	200	0,46	0,1	37,11	151,18
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	124,74
Итого:		26,85	22,96	112,99	765,72
<b><u>2 вариант</u></b>					
Сосиска отварная 1шт.	50	5,61	12,19	0,2	132,95
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,79	36	209,67
Компот из смеси сухофруктов	200	0,46	0,1	37,11	151,18
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	124,74
Итого:		15,95	20,28	108,35	679,72

Заведующий производством \_\_\_\_\_



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



Согласовано:  
Директор *Ляско М.В.* № 388  
*Ляско М.В.*  
28.08.2024 г.



## МЕНЮ МОДУЛЬНЫЕ ОБЕДЫ 9 день Среда

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>1 вариант</u>					
Котлеты, рубленые из птицы	80	13,69	10,46	12,32	198,18
Картофельное пюре	150	3,28	5,24	22,06	148,52
Напиток из плодов шиповника	200	0,32	0,14	24,44	100,30
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Зефир обогащенный	35	2,07	1,65	26,25	128,13
Итого:		21,35	17,75	97,79	572,59
<u>2 вариант</u>					
Рагу из птицы	200	22,07	28,37	22,90	435,63
Напиток из плодов шиповника	200	0,32	0,14	24,44	100,30
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Зефир обогащенный	35	2,07	1,65	26,25	128,13
Итого:		26,45	30,42	86,31	725,24

Заведующий производством \_\_\_\_\_



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



Согласовано:  
Директор *Ирина* № 388  
*Ильина И.А.*  
29.08.2024 г

## МЕНЮ МОДУЛЬНЫЕ ОБЕДЫ 10 день Четверг

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<b>1 вариант</b>					
Шницель, рубленый из говядины	80	13,16	14,87	12,63	236,99
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,60
Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,01	15,6	63,53
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105,03
<b>Итого:</b>		<b>19,85</b>	<b>20,73</b>	<b>101,84</b>	<b>673,33</b>
<b>2 вариант</b>					
Котлета рубленая из говядины	80	13,08	14,84	12,12	234,36
Рис отварной	150	3,82	6,32	40,02	232,24
Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,01	15,6	63,53
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105,03
<b>Итого:</b>		<b>19,99</b>	<b>22,42</b>	<b>103,65</b>	<b>696,34</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



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



Согласовано  
Директор *Ляско М.В.* № 388  
*Ляско М.В.*  
2024 г.

**МЕНЮ  
МОДУЛЬНЫЕ ОБЕДЫ  
11 день Пятница**

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<b><u>1 вариант</u></b>					
Сосиска отварная 1шт.	50	5,61	12,19	0,2	132,95
Рис отварной	150	3,82	6,32	40,02	232,24
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	106,90
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Булочка Домашняя молочная	50	5,18	6,13	30,97	199,77
Итого:		16,70	25,00	110,31	733,04
<b><u>2 вариант</u></b>					
Котлеты, рубленые из птицы	80	13,69	10,46	12,32	198,18
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,79	36	209,67
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	106,90
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,99	0,26	12,72	61,18
Булочка Домашняя молочная	50	5,18	6,13	30,97	199,77
Итого:		26,60	21,74	118,41	775,70

Заведующий производством \_\_\_\_\_