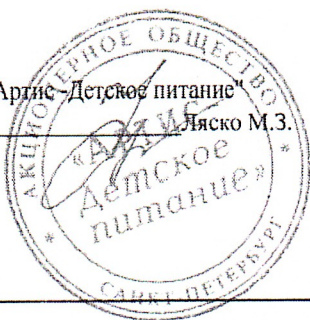


АО "Артис-Детское питание"

Ляско М.З.



№ 393

Тимова О.А.

## МЕНЮ

ДАТА:

13.10.2025

## 1 день 1 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с сыром                                 | 40              | 6,10             | 6,50    | 10,30       | 125,20                        |
| Каша пшениная молочная жидкая с маслом сливочным  | 150             | 5,70             | 6,40    | 27,80       | 196,00                        |
| Чай с сахаром                                     | 200             | 0,20             | 0,00    | 12,40       | 50,40                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 20              | 1,60             | 0,70    | 10,60       | 56,00                         |
| Йогурт в индивидуальной упаковке                  | 125             | 4,00             | 3,10    | 13,80       | 97,50                         |
| Итого за прием пищи:                              | 535             | 17,60            | 16,70   | 74,90       | 525,10                        |
| Обед (7-11 лет)                                   |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным   | 60              | 0,90             | 3,10    | 4,90        | 51,00                         |
| Суп картофельный с горохом и гренками             | 210             | 5,00             | 4,20    | 23,70       | 114,80                        |
| Котлета "Невская"                                 | 90              | 15,30            | 13,00   | 16,60       | 247,50                        |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным     | 150             | 3,60             | 4,60    | 37,70       | 206,00                        |
| Сок фруктовый                                     | 200             | 0,80             | 0,00    | 20,60       | 84,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 20              | 1,30             | 0,15    | 8,50        | 40,80                         |
| Итого за прием пищи:                              | 730             | 26,90            | 25,05   | 112,00      | 744,10                        |
| Комплексный обед (12-18 лет)                      |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным   | 100             | 1,50             | 5,20    | 8,20        | 85,00                         |
| Суп картофельный с горохом и гренками             | 260             | 6,20             | 5,20    | 29,30       | 142,10                        |
| Котлета "Невская"                                 | 100             | 17,00            | 14,40   | 18,40       | 275,00                        |
| 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                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 20              | 1,30             | 0,15    | 8,50        | 40,80                         |
| Итого за прием пищи:                              | 860             | 31,10            | 30,45   | 130,20      | 874,10                        |

Заведующий производством (Буфетчик)



АО "Артис - Детское питание"

Ляско М.З.



№

Лицей №393

Итова О.А.

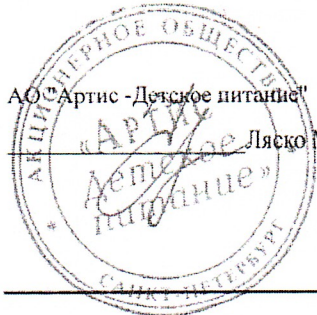
## МЕНЮ

ДАТА:

2 день 1 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с ветчиной                              | 40              | 5,30             | 5,90    | 10,30       | 117,40                        |
| Макароны с сыром                                  | 160             | 8,20             | 10,20   | 37,40       | 275,40                        |
| Какао с молоком                                   | 200             | 3,90             | 3,10    | 17,20       | 113,40                        |
| Фрукты свежие                                     | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 500             | 17,80            | 19,60   | 74,70       | 553,20                        |
| Обед (7-11 лет)                                   |                 |                  |         |             |                               |
| Помидор свежий кусочком (1 вар.)                  | 60              | 0,70             | 0,10    | 2,30        | 14,40                         |
| или Огурец соленый кусочком (2 вар.)              | 60              | 0,50             | 0,06    | 1,00        | 7,80                          |
| Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной    | 205             | 1,60             | 4,20    | 10,60       | 89,20                         |
| Рагу из птицы                                     | 240             | 17,20            | 18,30   | 28,30       | 343,30                        |
| Напиток из клюквы, протертой с сахаром            | 200             | 0,10             | 0,10    | 26,80       | 105,00                        |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 40              | 3,20             | 1,40    | 21,20       | 112,00                        |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40              | 2,60             | 0,30    | 17,00       | 81,60                         |
| Итого за прием пищи (1 вар.):                     | 845             | 25,40            | 24,40   | 106,20      | 745,50                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                     | 845             | 25,20            | 24,36   | 104,90      | 738,90                        |
| Комплексный обед (12-18 лет)                      |                 |                  |         |             |                               |
| Помидор свежий кусочком (1 вар.)                  | 100             | 1,20             | 0,20    | 3,80        | 24,00                         |
| или Огурец соленый кусочком (2 вар.)              | 100             | 0,80             | 0,10    | 1,70        | 13,00                         |
| Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной    | 255             | 2,00             | 5,20    | 13,20       | 111,00                        |
| Рагу из птицы                                     | 280             | 20,10            | 21,40   | 32,90       | 400,50                        |
| Напиток из клюквы, протертой с сахаром            | 200             | 0,10             | 0,10    | 26,80       | 105,00                        |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 50              | 4,00             | 1,75    | 26,50       | 140,00                        |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40              | 2,60             | 0,30    | 17,00       | 81,60                         |
| Фрукты свежие                                     | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи (1 вар.):                     | 1025            | 30,40            | 29,35   | 130,00      | 909,10                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                     | 1025            | 30,00            | 29,25   | 127,90      | 898,10                        |

Заведующий производством (Буфетчик)



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



№

Лицензия №393  
Рябова О.А.

МЕНЮ  
ДАТА: 15.10.2025

3 день 1 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                          | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                         |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                      |                 |                  |         |             |                               |
| Яйцо вареное                                            | 40              | 5,70             | 4,80    | 0,30        | 68,00                         |
| Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным       | 150             | 6,70             | 7,70    | 26,60       | 202,80                        |
| Кофейный напиток                                        | 200             | 3,70             | 2,50    | 21,10       | 122,40                        |
| 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:                                    | 520             | 18,90            | 16,35   | 74,20       | 524,20                        |
| Обед (7-11 лет)                                         |                 |                  |         |             |                               |
| Салат зеленый с огурцами и маслом растительным (1 вар.) | 60              | 0,70             | 5,00    | 4,90        | 68,30                         |
| или Салат овощной с маслом растительным (2 вар.)        | 60              | 0,70             | 5,10    | 6,40        | 74,20                         |
| Рассольник с птицей и сметаной                          | 215             | 4,40             | 7,10    | 11,40       | 129,90                        |
| Котлеты рыбные любительские                             | 90              | 11,30            | 4,40    | 5,00        | 105,00                        |
| Рис отварной                                            | 150             | 3,70             | 6,30    | 32,80       | 203,00                        |
| 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 (1 вар.):                           | 775             | 25,70            | 24,00   | 108,10      | 756,80                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                           | 775             | 25,70            | 24,10   | 109,60      | 762,70                        |
| Комплексный обед (12-18 лет)                            |                 |                  |         |             |                               |
| Салат зеленый с огурцами и маслом растительным (1 вар.) | 100             | 1,20             | 8,30    | 8,20        | 113,80                        |
| или Салат овощной с маслом растительным (2 вар.)        | 100             | 1,20             | 8,50    | 10,60       | 123,70                        |
| Рассольник с птицей и сметаной                          | 265             | 5,40             | 8,80    | 14,05       | 160,10                        |
| Котлеты рыбные любительские                             | 100             | 12,60            | 4,90    | 5,60        | 116,70                        |
| 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                         |
| Фрукты свежие                                           | 100             | 0,40             | 0,30    | 10,30       | 47,00                         |
| Итого за прием пищи (1 вар.):                           | 1005            | 29,60            | 31,10   | 131,55      | 931,80                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                           | 1005            | 29,60            | 31,30   | 133,95      | 941,70                        |

Заведующий производством (Буфетчик)



Ляско М.З.



№

Видея №393

Витова О.А.

## МЕНЮ

ДАТА: 16.10.2025

## 4 день 1 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                          | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                         |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                      |                 |                  |         |             |                               |
| Запеканка из творога                                    | 50              | 9,60             | 8,60    | 10,00       | 158,70                        |
| Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным       | 150             | 5,30             | 6,50    | 25,40       | 180,50                        |
| 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                         |
| Фрукты свежие                                           | 100             | 0,90             | 0,20    | 8,10        | 43,00                         |
| Итого за прием пищи:                                    | 530             | 18,50            | 16,35   | 72,00       | 518,30                        |
| Обед (7-11 лет)                                         |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из моркови с чесноком и маслом растительным       | 60              | 0,80             | 5,10    | 6,80        | 75,60                         |
| Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной | 215             | 4,60             | 5,10    | 5,80        | 90,70                         |
| Печень, тушенная в соусе (сметанный с томатом и луком)  | 100             | 13,40            | 9,00    | 7,40        | 164,00                        |
| Картофельное пюре                                       | 150             | 3,10             | 5,40    | 20,30       | 141,00                        |
| Кисель из кураги                                        | 200             | 0,70             | 0,10    | 37,00       | 151,00                        |
| 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:                                    | 785             | 26,80            | 25,70   | 104,90      | 759,90                        |
| Комплексный обед (12-18 лет)                            |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из моркови с чесноком и маслом растительным       | 100             | 1,30             | 8,50    | 11,30       | 126,00                        |
| Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной | 265             | 5,70             | 6,30    | 7,20        | 111,80                        |
| Печень, тушенная в соусе (сметанный с томатом и луком)  | 100             | 13,40            | 9,00    | 7,40        | 164,00                        |
| Картофельное пюре                                       | 180             | 3,70             | 6,50    | 24,40       | 169,20                        |
| Кисель из кураги                                        | 200             | 0,70             | 0,10    | 37,00       | 151,00                        |
| 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                         |
| Фрукты свежие                                           | 100             | 0,90             | 0,20    | 8,10        | 43,00                         |
| Итого за прием пищи:                                    | 1005            | 29,90            | 31,60   | 123,00      | 902,60                        |

Заведующий производством (Буфетчик) \_\_\_\_\_



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



Директор  
№  
Лицензия №393  
Иванова О.А.

МЕНЮ  
ДАТА: 17.10.2025

5 день 1 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с сыром                                 | 40              | 6,10             | 6,50    | 10,30       | 125,20                        |
| Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным   | 150             | 3,90             | 6,30    | 25,80       | 176,60                        |
| Чай с вареньем                                    | 200             | 0,30             | 0,10    | 15,30       | 60,10                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 20              | 1,60             | 0,70    | 10,60       | 56,00                         |
| Йогурт в индивидуальной упаковке                  | 125             | 4,00             | 3,10    | 13,80       | 97,50                         |
| Итого за прием пищи:                              | 535             | 15,90            | 16,70   | 75,80       | 515,40                        |
| Обед (7-11 лет)                                   |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из свеклы отварной с маслом растительным    | 60              | 0,80             | 3,60    | 5,00        | 55,70                         |
| Уха из рыбы со свежей зеленью                     | 210             | 4,10             | 2,50    | 15,90       | 103,20                        |
| Биточки рубленые из птицы                         | 90              | 11,50            | 12,00   | 14,30       | 227,90                        |
| Макаронные изделия отварные с маслом сливочным    | 150             | 5,50             | 4,80    | 31,30       | 191,00                        |
| 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:                              | 770             | 26,90            | 23,90   | 114,70      | 799,40                        |
| Комплексный обед (12-18 лет)                      |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из свеклы отварной с маслом растительным    | 100             | 1,30             | 6,00    | 8,30        | 92,80                         |
| Уха из рыбы со свежей зеленью                     | 260             | 5,10             | 3,10    | 19,70       | 127,80                        |
| Биточки рубленые из птицы                         | 100             | 12,80            | 13,30   | 15,90       | 253,20                        |
| Макаронные изделия отварные с маслом сливочным    | 180             | 6,60             | 5,80    | 37,60       | 229,20                        |
| 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:                              | 900             | 30,80            | 29,20   | 129,70      | 924,60                        |

Заведующий производством (Буфетчик)



МЕНЮ  
ДАТА: 18.10.2025

| 6 день 1 неделя                                      |                 |                  |         |             |                               |
|------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                                                      |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Комплексный обед (12-18 лет)                         |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным      | 100             | 1,50             | 5,20    | 8,20        | 85,00                         |
| Суп картофельный с макаронными изделиями и говядиной | 260             | 5,70             | 9,70    | 20,80       | 192,90                        |
| Плов из птицы                                        | 280             | 21,20            | 12,50   | 60,60       | 435,00                        |
| Напиток яблочный                                     | 200             | 0,10             | 0,10    | 12,40       | 51,70                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами          | 20              | 1,60             | 0,70    | 10,60       | 56,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами    | 20              | 1,30             | 0,15    | 8,50        | 40,80                         |
| Итого за прием пищи:                                 | 880             | 31,40            | 28,35   | 121,10      | 861,40                        |

Заведующий производством (Буфетчик) \_\_\_\_\_



МЕНЮ  
ДАТА: 20.10.2025

| 1 день 2 неделя                                   |                 |                  |         |             |                               |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с ветчиной                              | 40              | 5,30             | 5,90    | 10,30       | 117,40                        |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным          | 150             | 5,70             | 6,40    | 27,80       | 196,00                        |
| Чай с сахаром и лимоном                           | 200             | 0,30             | 0,00    | 12,60       | 52,10                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 20              | 1,60             | 0,70    | 10,60       | 56,00                         |
| Йогурт в индивидуальной упаковке                  | 125             | 4,00             | 3,10    | 13,80       | 97,50                         |
| Итого за прием пищи:                              | 535             | 16,90            | 16,10   | 75,10       | 519,00                        |
| Обед (7-11 лет)                                   |                 |                  |         |             |                               |
| Огурец соленный кусочком                          | 60              | 0,50             | 0,06    | 1,00        | 7,80                          |
| Суп из овощей с птицей и сметаной                 | 215             | 4,40             | 3,20    | 8,70        | 83,50                         |
| Котлеты, биточки, шницели (особые)                | 90              | 12,70            | 16,80   | 10,60       | 257,40                        |
| Рис отварной                                      | 150             | 3,70             | 6,30    | 32,80       | 203,00                        |
| 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:                              | 775             | 26,90            | 27,56   | 107,10      | 802,30                        |
| Комплексный 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) \_\_\_\_\_

АО "Арктик-Детское питание"

Ляско М.З.

## МЕНЮ

ДАТА:

2 день 2 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                                   | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                               |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с сыром                                                | 40              | 6,10             | 6,50    | 10,30       | 125,20                        |
| Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным                  | 150             | 5,70             | 6,40    | 29,70       | 196,80                        |
| 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:                                             | 510             | 18,00            | 16,30   | 79,80       | 543,40                        |
| Обед (7-11 лет)                                                  |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из моркови с огурцом свежим и маслом растительным (1 вар.) | 60              | 0,60             | 4,10    | 3,00        | 51,40                         |
| или Салат из моркови с яблоком и маслом растительным (2 вар.)    | 60              | 0,50             | 3,10    | 4,80        | 50,40                         |
| Бульон куриный с вермишелью и курицей                            | 210             | 3,10             | 2,40    | 13,40       | 104,90                        |
| Жаркое по-домашнему птицей и морковью                            | 240             | 17,80            | 17,10   | 32,10       | 353,38                        |
| Напиток из клюквы, протертой с сахаром                           | 200             | 0,10             | 0,10    | 26,80       | 105,00                        |
| 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.):                                    | 770             | 25,80            | 24,70   | 102,90      | 752,28                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                                    | 770             | 25,70            | 23,70   | 104,70      | 751,28                        |
| Комплексный 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                         |
| Фрукты свежие                                                    | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи (1 вар.):                                    | 1010            | 31,20            | 31,65   | 128,80      | 946,70                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                                    | 1010            | 31,00            | 30,05   | 131,80      | 945,00                        |

Заведующий производством (Буфетчик)

Ляско М.З.



## МЕНЮ

ДАТА:

22.10.2025

## 3 день 2 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                                      | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                     |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                                  |                 |                  |         |             |                               |
| Запеканка из творога                                                | 50              | 9,60             | 8,60    | 10,00       | 158,70                        |
| Каша "Дружба" с пшеном и рисом молочная с маслом сливочным          | 150             | 4,60             | 7,50    | 20,10       | 168,00                        |
| 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:                                                | 530             | 17,30            | 17,55   | 71,60       | 517,80                        |
| Обед (7-11 лет)                                                     |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из свежих помидоров с маслом растительным (1 вар.)            | 60              | 0,60             | 6,10    | 2,60        | 69,20                         |
| или Салат из соленых огурцов с луком и маслом растительным (2 вар.) | 60              | 0,50             | 6,10    | 1,60        | 64,00                         |
| Борщ сибирский вегетарианский со сметаной                           | 205             | 3,10             | 3,70    | 13,00       | 100,90                        |
| Сердце в соусе                                                      | 100             | 13,08            | 9,18    | 2,85        | 152,00                        |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным                       | 150             | 3,60             | 4,60    | 37,70       | 206,00                        |
| 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.):                                       | 775             | 25,38            | 24,58   | 104,35      | 749,70                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                                       | 775             | 25,28            | 24,58   | 103,35      | 744,50                        |
| Комплексный 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                         |
| Фрукты свежие                                                       | 100             | 0,40             | 0,30    | 10,30       | 47,00                         |
| Итого за прием пищи (1 вар.):                                       | 995             | 27,68            | 30,78   | 127,05      | 908,70                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                                       | 995             | 27,48            | 30,78   | 125,45      | 900,10                        |

Заведующий производством (Буфетчик)

АО "Артис - Детское питание"

Ляско М.З.



№

№393

О.А.

## МЕНЮ

ДАТА:

23.10.2025

## 4 день 2 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                      |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                   |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с ветчиной                                 | 40              | 5,30             | 5,90    | 10,30       | 117,40                        |
| Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным       | 150             | 4,60             | 6,30    | 22,90       | 166,10                        |
| 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:                                 | 520             | 16,60            | 16,75   | 76,10       | 527,94                        |
| Обед (7-11 лет)                                      |                 |                  |         |             |                               |
| Салат витаминный (1-й вариант)                       | 60              | 0,70             | 3,10    | 5,70        | 54,00                         |
| Суп картофельный с макаронными изделиями и говядиной | 210             | 4,60             | 7,80    | 16,80       | 155,80                        |
| Фрикадельки рыбные отварные                          | 90              | 13,10            | 6,40    | 7,00        | 134,90                        |
| Картофельное пюре                                    | 150             | 3,10             | 5,40    | 20,30       | 141,00                        |
| 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:                                 | 770             | 26,30            | 23,80   | 109,10      | 754,30                        |
| Комплексный 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                         |
| Фрукты свежие                                        | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи:                                 | 1000            | 30,40            | 30,00   | 131,60      | 917,60                        |

Заведующий производством (Буфетчик)



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



№  
Удостоверения №393  
Иванова О.А.

## МЕНЮ

ДАТА: 29.10.2025

### 5 день 2 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с сыром                                 | 40              | 6,10             | 6,50    | 10,30       | 125,20                        |
| Каша овсяная молочная жидкая с маслом сливочным   | 150             | 5,20             | 7,50    | 22,00       | 176,60                        |
| Чай с сахаром                                     | 200             | 0,20             | 0,00    | 12,40       | 50,40                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 20              | 1,60             | 0,70    | 10,60       | 56,00                         |
| Йогурт в индивидуальной упаковке                  | 125             | 4,00             | 3,10    | 13,80       | 97,50                         |
| Итого за прием пищи:                              | 535             | 17,10            | 17,80   | 69,10       | 505,70                        |
| Обед (7-11 лет)                                   |                 |                  |         |             |                               |
| Салат из свеклы отварной с маслом растительным    | 60              | 0,80             | 3,60    | 5,00        | 55,70                         |
| Рассольник ленинградский со сметаной              | 205             | 2,00             | 4,40    | 13,90       | 105,60                        |
| Птица, тушенная в сметанном соусе                 | 100             | 12,80            | 13,20   | 3,50        | 168,80                        |
| Макаронные изделия отварные с маслом сливочным    | 150             | 5,50             | 4,80    | 31,30       | 191,00                        |
| 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:                              | 775             | 26,70            | 27,20   | 107,70      | 771,70                        |
| Комплексный 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) \_\_\_\_\_



МЕНЮ  
ДАТА: 25.10.2025

6 день 2 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Комплексный обед (12-18 лет)                      |                 |                  |         |             |                               |
| Огурец свежий кусочком (1 вар.)                   | 100             | 0,80             | 0,10    | 2,50        | 14,00                         |
| или Огурец соленый кусочком (2 вар.)              | 100             | 0,80             | 0,10    | 1,70        | 13,00                         |
| Суп картофельный с рисом и курой                  | 260             | 4,90             | 5,60    | 17,50       | 140,40                        |
| Тефтели из говядины                               | 100             | 14,00            | 16,70   | 14,50       | 273,60                        |
| Капуста тушеная                                   | 180             | 4,50             | 7,50    | 20,00       | 167,60                        |
| Кисель из кураги                                  | 200             | 0,70             | 0,10    | 37,00       | 151,00                        |
| 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.):                     | 900             | 29,10            | 31,00   | 119,10      | 884,20                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                     | 900             | 29,10            | 31,00   | 118,30      | 883,20                        |

Заведующий производством (Буфетчик) \_\_\_\_\_