

АО "Артис-Детское питание"
Ляско М.В.

Директор

МЕНЮ 2 неделя 3 день

2022 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
Омлет натуральный	150	15,07	17,80	8,80	308,56
Горошек зеленый отварной	30	0,93	0,06	1,95	12,00
Кофейный напиток	200	2,27	1,25	12,68	71,42
Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	51,70
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	1,88	0,73	17,85	105,50
Итого завтрак: 87р 45к	520	20,59	20,28	52,06	549,18
ОБЕД 7-11					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,86	5,05	6,02	68,89
Суп из овощей со сметаной	200/5	1,70	3,27	9,26	85,01
Биточки рубленые из птицы	90	8,85	12,18	11,28	170,00
Рис припущенный	150	3,74	2,66	34,50	213,89
Кисель из плодов или ягод свежих	180	0,10	0,10	29,49	105,96
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 131р 17к	745	19,15	24,10	116,08	795,66
ОБЕД 12-18					
Салат из свеклы отварной с маслом	100	1,01	6,09	7,20	98,45
Суп из овощей со сметаной	250/10	4,60	5,01	10,60	106,95
Биточки рубленые из птицы	100	11,90	13,12	12,04	183,00
Рис припущенный	180	5,10	4,66	38,10	225,40
Кисель из плодов или ягод свежих	180	0,10	0,10	29,49	105,96
Фрукты свежие	110	0,44	0,44	10,78	51,70
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 218р 62к	990	27,05	30,26	133,74	923,37
Заведующий производством					