

АО "Артис-Детское питание"

Директор

№ 377

Ляско М.З.

МЕНЮ

ДАТА: 28.09.2026

Валеева
Жанна
ВалерьевнаПодписано
цифровой
подписью: Валеева
Жанна Валерьевна**1 день 1 неделя**

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	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 пшенная 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
Хлеб пшеничный 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 завтрак:	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 ржаной обогащенный микронутриентами	20	1,30	0,15	8,50	40,80
Итого за обед:	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 ржаной обогащенный микронутриентами	20	1,30	0,15	8,50	40,80
Фрукты свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	4,00	3,10	13,80	97,50
Итого за обед:	1085	36,00	33,75	152,10	1014,60

Заведующий производством (Буфетчик) _____

АО "Артис - Детское питание"

Ляско М.З.

Директор

№ 377

Валеева М.В.

МЕНЮ

ДАТА: 29.09.2026

2 день 1 неделя

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 завтрак:	500	17,80	19,60	74,70	553,20

Обед (7-11 лет)

Помидор свежий кусочком	60	0,70	0,10	2,30	14,40
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
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,40	21,20	112,00
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Итого за обед:	785	25,40	24,40	106,20	745,50

Комплексный обед (12-18 лет)

Помидор свежий кусочком	100	1,20	0,20	3,80	24,00
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
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	50	4,00	1,75	26,50	140,00
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Печенье	40	3,00	4,00	29,80	166,80
Итого за обед:	1065	33,40	33,35	159,80	1075,90

Заведующий производством (Буфетчик)

АО "Артис-Детское питание"

Ляско М.З.

Директор

РБДУ 0001 № 377

Вашева Н.Д.

МЕНЮ

ДАТА: 30.09.2026

3 день 1 неделя

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
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за завтрак:	520	18,90	16,35	74,20	524,20

Обед (7-11 лет)

Салат зеленый с огурцами и маслом растительным	60	0,70	5,00	4,90	68,30
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
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Итого за обед:	775	25,70	24,00	108,10	756,80

Комплексный обед (12-18 лет)

Салат зеленый с огурцами и маслом растительным	100	1,20	8,30	8,20	113,80
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
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Зефир обогащенный	35	2,10	1,70	26,30	128,10
Итого за обед:	1040	31,70	32,80	157,85	1059,90

Заведующий производством (Буфетчик) _____

АО "Артис-Детское питание"

Ляско М.З.

Директор

ГБОУ СОШ № 377

Зам

Власова Н.В.

МЕНЮ

ДАТА: 01.10.2026

4 день 1 неделя

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
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Фрукты свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за завтрак:	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, тушеная 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
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Итого за обед:	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, тушеная 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
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Фрукты свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	4,00	3,10	13,80	97,50
Итого за обед:	1130	33,90	34,70	136,80	1000,10

Заведующий производством (Буфетчик) _____

АО "Артис - Детское питание"

Ляско М.З.

Директор

Р504 ссн № 377

Вашева Н.В.

МЕНЮ

ДАТА:

02.10.2026

5 день 1 неделя

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
Хлеб пшеничный 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 завтрак:	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
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Итого за обед:	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
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Молоко в индивидуальной упаковке	200	5,80	5,00	9,60	108,00
Итого за обед:	1200	37,00	34,60	149,10	1079,60

Заведующий производством (Буфетчик)