

АО "Артис - Детское питание"

Ляско М.З.

Директор

ГБОУ СОД № 538
Лаукарлова Е.А.

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)

Буфетчик И.А.