



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

Директор



ДИРЕКТОР  
ГБОУ СОШ №277  
О.Н.ТАРАСОВА

## МЕНЮ

ДАТА: 12 февраля 2026

### 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 <b>апельсин</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>18,50</b>	<b>16,35</b>	<b>72,00</b>	<b>518,30</b>
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>785</b>	<b>26,80</b>	<b>25,70</b>	<b>104,90</b>	<b>759,90</b>
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 <b>апельсин</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1005</b>	<b>29,90</b>	<b>31,60</b>	<b>123,00</b>	<b>902,60</b>

Заведующий производством (Буфетчик)

*Ляско М.З.*