АО "Артис Детское питание"
Ляско М.З.

Директор
ГБОУ школы №3
Петроградского район
Директор №

МЕНЮ

ДАТА: 23.11.2026г

1 день 1 неделя					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак (12-18 лет)					
Бутерброд с сыром	40	6,10	6,50	10,30	125,20
Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,60	8,50	37,10	261,30
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	12,40	50,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	4,00	3,10	13,80	97,50
Итого за прием пищи:	**595**	**20,30**	**19,15**	**89,50**	**618,40**
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) Сенюк