АО "Аркас - Детское питание" Ласко М.З.

Директор
ГБОУ школы №3
Петроградского района
Директор №

МЕНЮ

ДАТА: 02.12.2026 г.

3 день 2 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 "Дружба" с пшеном и рисом молочная с маслом сливочным	150	4,60	7,50	20,10	168,00
Чай с вареньем	200	0,30	0,10	15,30	60,10
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:	**530**	**17,30**	**17,55**	**71,60**	**517,80**
Обед (7-11 лет)					
Салат из свежих помидоров с маслом растительным (1 вар.)	60	0,60	6,10	2,60	69,20
или Салат из соленых огурцов с луком и маслом растительным (2 вар.)	60	0,50	6,10	1,60	64,00
Борщ сибирский вегетарианский со сметаной	205	3,10	3,70	13,00	100,90
Сердце в соусе	100	13,08	9,18	2,85	152,00
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
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
Итого за прием пищи (1 вар.):	**775**	**25,38**	**24,58**	**104,35**	**749,70**
Итого за прием пищи (2 вар.):	**775**	**25,28**	**24,58**	**103,35**	**744,50**

Заведующий производством (Буфетчик) Сенюк