

Директор ООО "Комфорт"

Гимназия Арт-Этюд

Директор

Поматиллов С. С.

Меню на 15 ноября 2022 года*

Семенова А.А.

вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с маслом 20/5	25	8,25
9,04	9,76	38,00	276,00	2*60	Омлет с сыром	150	50,67
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Чай лимонный	200	4,10
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	30	3,31
0,56	0,28	13,72	59,64	16*2	Яблоко	130	14,69
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы							
1,25	3,50	3,12	50,40	7*34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	16,63
1,76	3,52	9,92	79,20	6*56	Суп из овощей	200	16,83
12,69	18,99	5,40	243,90	8*26	Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями	90	54,56
3,60	5,55	35,10	207,00	5*7	Рис припущенный с овощами	150	12,48
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Напиток из черноплодной рябины	200	6,05
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,31	0,42	11,69	67,55	-	Хлеб вит. ржаной	35	3,21
<i>Итого за Комплекс</i>							113,36
Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы							
0,33	0,06	1,11	6,90	7*58	Закуска томат свежий	30	12,09
21,15	25,20	2,97	324,00	4*54	Омлет с сыром	200	60,85
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,63
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	30	3,31
0,56	0,28	13,72	59,64	16*2	Яблоко	130	14,69
<i>Итого за Комплекс</i>							93,57
Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы							
2,08	5,84	5,20	84,00	7*34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	22,93
2,20	4,40	12,40	99,00	6*56	Суп из овощей	250	21,06
14,10	21,10	6,00	271,00	8*26	Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями	100	60,53
4,32	6,66	42,12	248,40	5*7	Рис припущенный с овощами	180	14,97
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Напиток из черноплодной рябины	200	6,05
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							130,94
Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
21,15	25,20	2,97	324,00	4*54	Омлет с сыром	200	60,85
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,63
5,39	2,10	35,07	189,00	-	Батон пшеничный	70	7,55
0,64	0,32	15,68	68,16	16*2	Яблоко	160	18,08
0,33	0,06	1,11	6,90	7*58	Закуска томат свежий	30	12,09
Обед							
2,08	5,84	5,20	84,00	7*34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	22,93
2,20	4,40	12,40	99,00	6*56	Суп из овощей	250	21,06
14,10	21,10	6,00	271,00	8*26	Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями	100	60,53
4,32	6,66	42,12	248,40	5*7	Рис припущенный с овощами	180	14,97
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Напиток из черноплодной рябины	200	6,05
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							233,94
Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с маслом 20/5	25	8,25
9,04	9,76	38,00	276,00	2*60	Омлет с сыром	150	50,67
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Чай с сахаром	200	2,63
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	80	9,16
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	160	18,08
Обед							
1,04	2,40	14,00	80,00	7*19	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	16,63
5,27	8,53	13,00	150,00	6*63	Суп из овощей	200	16,83
19,10	3,10	8,30	138,00	9*8	Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями	90	54,56
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Рис припущенный с овощами	150	12,48
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Напиток из черноплодной рябины	200	6,05
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							202,54
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
15,86	18,90	2,23	243,00	4*54	Омлет с сыром	200	60,85
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный без сахара	200	2,60
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	25	2,88
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	14,69
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
11,89	7,61	35,16	256,70	5*1	Кукуруза припущенная с маслом	50	19,09
12,69	18,99	5,40	243,90	8*26	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	55,32
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02

Курсия - диетические блюда

Темный фон - блюда имеющие в составе аллергенный продукт

*Продукция не содержит ГМО