

Согласовано
 Директор ООО "Комфорт"
 Поматилев С. С.

ООО "Комфорт"
 Гимназия Арт-Этюд
 Меню на 7 апреля 2023 года*

Согласовано
 Директор
 Семёнова А.А.

вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	24,20
3,30	9,02	22,00	189,20	2*63	Каша жидкая манная с маслом	220	30,17
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	13,16
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	11,28
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы							
1,28	4,00	6,16	69,60	7*15	Салат из квашеной капусты с зеленью	80	24,14
7,13	6,20	15,60	148,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	200	21,60
11,61	2,52	7,29	99,90	10*7	Тефтели из минтая	90	33,88
2,99	4,01	22,58	144,90	5*52	Картофель отварной с маслом	150	22,25
1,00	0,10	29,50	118,00	11*52	Компот из кураги	200	13,72
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							121,00
Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	30,45
3,75	10,25	25,00	215,00	2*63	Каша жидкая манная с маслом	250	34,28
0,18	0,11	10,01	40,60	12*2	Соус из малины	35	15,35
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Кофейный напиток	200	11,28
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21
<i>Итого за Комплекс</i>							93,57
Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы							
1,60	5,00	7,70	87,00	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью	100	28,53
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	27,00
12,90	2,80	8,10	111,00	10*7	Тефтели из минтая	100	37,64
3,58	4,81	27,09	173,88	5*52	Картофель отварной с маслом	180	26,7
1,00	0,10	29,50	118,00	11*52	Компот из кураги	200	13,72
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							139,00
Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	30,45
3,75	10,25	25,00	215,00	2*63	Каша жидкая манная с маслом	250	34,28
0,18	0,11	10,01	40,60	12*2	Соус из малины	35	15,35
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	11,28
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21
Обед							
1,60	5,00	7,70	87,00	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью	100	28,53
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	27,00
12,90	2,80	8,10	111,00	10*7	Тефтели из минтая	100	37,64
3,58	4,81	27,09	173,88	5*52	Картофель отварной с маслом	180	26,7
1,00	0,10	29,50	118,00	11*52	Компот из кураги	200	13,72
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
2,31	0,42	11,69	67,55	-	Хлеб вит. ржаной	35	3,17
<i>Итого за Комплекс</i>							233,94
Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	24,20
3,30	9,02	22,00	189,20	2*63	Каша жидкая манная с маслом	220	30,17
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	13,16
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	11,28
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21
Обед							
1,28	4,00	6,16	69,60	7*15	Салат из квашеной капусты с зеленью	80	24,14
7,13	6,20	15,60	148,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	200	21,60
11,61	2,52	7,29	99,90	10*7	Тефтели из минтая	90	33,88
2,99	4,01	22,58	144,90	5*52	Картофель отварной с маслом	150	22,25
1,00	0,10	29,50	118,00	11*52	Компот из кураги	200	13,72
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
1,65	0,30	8,35	48,25	-	Хлеб вит. ржаной	25	2,32
<i>Итого за Комплекс</i>							202,54
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	9,64	81,06	1*5	Бутерброд с сыром 20/10	30	
0,80	4,00	5,95	62,50	7*38	Горошек зеленый	50	
18,40	27,00	4,80	335,00	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай без сахара	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	81,02
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	
6,96	9,04	34,80	248,00	2*61	Каша овсяная вязкая жидкая на воде с растительным маслом	200	
0,18	0,11	10,01	40,60	12*2	Соус из малины	35	
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	81,02
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Поддник							
13,90	12,50	3,80	184,00	8*54	Гуляш	100	
7,50	6,15	32,55	219,00	5*53	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	
1,00	0,10	29,50	118,00	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	20	90,00
<i>Итого за Комплекс</i>							90,00

Курсив - диетические блюда