

Согласовано
 Директор ООО "Комфорт"
 Поматиллов С. С.

ООО "Комфорт"
 Гимназия Арт-Этюд
 Меню на 21 марта 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							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*50	Бутерброд с маслом 20/10	30	17,40
13,80	20,25	3,60	251,25	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	39,77
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
3,08	1,20	20,04	108,00	-	Батон пшеничный	40	4,42
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	16,85
<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	12,80
4,47	9,67	12,53	160,00	6*70	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	17,60
9,81	20,16	8,37	256,50	8*30	Соус "Болоньезе"	90	63,94
5,25	4,05	33,60	196,50	5*54	Макаронные изделия отварные	150	13,43
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток из черноплодной рябины	200	6,03
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							121,00
Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	18,91
18,40	27,00	4,80	335,00	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	53,02
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Батон пшеничный	20	2,21
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Яблоко	130	16,85
<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	20,21
5,58	12,08	15,67	200,00	6*70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	22,00
10,90	22,40	9,30	285,00	8*30	Соус "Болоньезе"	100	71,05
6,30	4,86	40,32	235,80	5*54	Макаронные изделия отварные	180	16,11
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток из черноплодной рябины	200	6,03
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
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							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	18,91
18,40	27,00	4,80	335,00	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	53,02
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
1,93	0,75	12,53	67,50	-	Батон пшеничный	25	2,68
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	16,85
Обед							
2,08	5,84	5,20	84,00	7*34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	20,21
5,58	12,08	15,67	200,00	6*70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	22,00
10,90	22,40	9,30	285,00	8*30	Соус "Болоньезе"	100	71,05
6,30	4,86	40,32	235,80	5*54	Макаронные изделия отварные	180	16,11
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток из черноплодной рябины	200	6,03
1,98	0,18	14,04	67,20	-	Хлеб вит. пшеничный	30	2,70
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							233,94
Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*50	Бутерброд с маслом 20/10	30	17,40
13,80	20,25	3,60	251,25	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	39,77
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
3,47	1,35	22,55	121,50	-	Батон пшеничный	45	4,94
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	16,85
Обед							
1,25	3,50	3,12	50,40	7*34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	12,80
4,47	9,67	12,53	160,00	6*70	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	17,60
9,81	20,16	8,37	256,50	8*30	Соус "Болоньезе"	90	63,94
5,25	4,05	33,60	196,50	5*54	Макаронные изделия отварные	150	13,43
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток из черноплодной рябины	200	6,03
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>							202,54
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
2,88	10,20	33,51	237,24	2/77 (МР 2.4.0162-19 № 54-33к-2020)	Капша вязкая рисовая на воде с растительным маслом	200	
0,18	0,09	7,74	31,80	12*1	Соус из черники	30	
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Чай лимонный	200	
2,31	0,90	15,03	81,00	-	Батон пшеничный	30	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
0,60	0,30	14,70	63,90	16*2	Яблоко	150	81,02
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Полдник							
6,54	4,19	19,34	141,19	13*27	Гречанка	100	
0,20	4,90	7,78	154,00	11*17	Картофель запеченный	150	
0,20	0,00	13,70	53,00	7*12	Соус томатный	20	
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток из черноплодной рябины	200	
15,00	3,10	6,70	116,00	9*11	Хлеб вит. пшеничный	20	90,00
<i>Итого за Комплекс</i>							90,00

Курсит - диетические блюда
 Темный фон - блюда имеющие в составе аллергенный продукт
 *Продукция не содержит ГМО

Заведующий производством

Мартыненко В.М.