

Директор ООО "Комфорт"

Гимназия Арт-Этюд

Директор

Поматиллов С. С.

Меню на 11 ноября октября 2022 года*

Семенова 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	6,32	8,24	97,60	7*26	Закуска витаминка (с огурцом)	80	10,66		
7,13	6,20	15,60	148,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	200	17,42		
11,97	2,61	4,05	87,30	10*6	Тефтели из минтая	90	43,9		
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>								113,36	
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	7,90	10,30	122,00	7*26	Закуска витаминка (с огурцом)	100	13,33		
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	21,77		
13,30	2,90	4,50	97,00	10*6	Тефтели из минтая	100	48,77		
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		
2,24	0,41	11,36	65,62	-	Хлеб вит. ржаной	34	3,04		
<i>Итого за Комплекс</i>								130,94	
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		
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	17,58		
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	11,28		
6,16	2,40	40,08	216,00	-	Батон пшеничный	80	8,84		
Обед									
1,60	7,90	10,30	122,00	7*26	Закуска витаминка (с огурцом)	100	13,33		
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	21,77		
13,30	2,90	4,50	97,00	10*6	Тефтели из минтая	100	48,77		
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		
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,61		
<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		
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	17,58		
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	11,28		
3,08	1,20	20,04	108,00	-	Батон пшеничный	40	4,42		
Обед									
1,28	6,32	8,24	97,60	7*26	Закуска витаминка (с огурцом)	80	10,66		
7,13	6,20	15,60	148,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	200	17,42		
11,97	2,61	4,05	87,30	10*6	Тефтели из минтая	90	43,9		
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		
2,44	0,44	12,36	71,41	-	Хлеб вит. ржаной	37	3,33		
<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	16,45		
0,80	4,00	5,95	62,50	7*38	Горошек зеленый	50	11,90		
18,40	27,00	4,80	335,00	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	48,32		
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай без сахара	200	2,55		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80		
<i>Итого за Комплекс</i>								81,02	
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)									
18,40	27,00	4,80	335,00	4*56	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	51,81		
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,40		
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80		
0,60	0,30	14,70	63,90	16*2	Яблоко	150	21,00		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80		
<i>Итого за Комплекс</i>								81,02	

Курсив - диетические блюда

Темный фон - блюда имеющие в составе аллергенный продукт

*Производство не содержит ГМО