

Директор ООО "Комфорт"
Поматиллов С. С.

Гимназия Арт-Этюд
Меню на 18 января 2023 года*

Директор
Семенова А. А.

вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	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 сыром и маслом 20/10/10	40	23,68
9,04	9,76	38,00	276,00	2*60	Каша ячневая молочная с маслом	220	29,21
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Соус из малины	30	13,20
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Какао с молоком	200	12,72
0,56	0,28	13,72	59,64	16*2	Батон пшеничный	40	2,21
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы							
1,70	6,20	12,70	1,09	7*29	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и маслом	100	21,86
4,27	8,60	10,87	137,33	6*2	Борщ с морской капустой	200	19,18
22,60	9,80	15,80	244,00	9*60	Птица тушенная в соусе с овощами	200	70,15
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,60
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	3,60
<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	26,47
7,50	6,63	38,38	243,75	2*57	Каша ячневая молочная с маслом	250	35,67
0,18	0,11	10,01	40,60	12*2	Соус из малины	35	15,40
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Какао с молоком	200	12,72
0,56	0,28	13,72	59,64	16*2	Батон пшеничный	30	3,31
<i>Итого за Комплекс</i>							93,57
Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы							
13,68	11,36	4,24	217,00	8*23	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и маслом	100	21,86
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	23,97
28,25	12,25	19,75	305,00	9*60	Птица тушенная в соусе с овощами	250	83,37
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
					Хлеб вит. ржаной	30	2,70
<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	26,47
7,50	6,63	38,38	243,75	2*57	Каша ячневая молочная с маслом	250	35,67
0,18	0,11	10,01	40,60	12*2	Соус из малины	35	17,60
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	12,72
2,31	0,90	15,03	81,00	-	Батон пшеничный	30	3,31
Обед							
28,25	12,25	19,75	96,62	9*60	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и маслом	100	21,86
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	23,97
28,25	12,25	19,75	305,00	9*60	Птица тушенная в соусе с овощами	250	83,37
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,60
2,31	0,21	16,38	78,40	-	Хлеб вит. пшеничный	35	2,91
1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	30	3,46
<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 сыром и маслом 20/10/10	40	23,68
9,04	9,76	38,00	276,00	2*60	Каша ячневая молочная с маслом	220	29,21
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Соус из малины	30	15,40
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Какао с молоком	200	12,72
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Батон пшеничный	20	2,21
Обед							
0,11	0,04	21,25	123,00	11*14	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и маслом	100	21,86
5,27	8,53	13,00	150,00	6*63	Борщ с морской капустой	200	19,18
22,60	9,80	15,80	244,00	9*60	Птица тушенная в соусе с овощами	200	70,15
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Чай с сахаром	200	2,60
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	25	1,92
<i>Итого за Комплекс</i>							202,54
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
5,08	15,08	9,97	195,90	1*55	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/15	50	
8,60	5,30	30,70	219,20	13*52	Каша ячневая молочная с маслом без сахара	220	
3,60	2,70	22,90	127,00	13*50	Какао с молоком без сахара	200	
3,96	0,72	20,04	115,80	-	Хлеб вит. ржаной	60	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	
6,50	6,00	31,20	206,00	13*52	Каша ячневая безмолочная с маслом растит и отрубями	200	
0,24	0,12	10,32	42,40	12*1	Соус из черники	40	
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Чай с сахаром	200	
1,98	0,18	14,04	67,20	-	Хлеб вит. пшеничный	30	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	81,02
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Полдник							
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Свинина тушенная в соусе	100	
6,50	6,00	31,20	206,00	13*52	Картофель запеченный	150	
0,24	0,12	10,32	42,40	12*1	Чай лимонный	200	
1,98	0,18	14,04	67,20	-	Хлеб вит. пшеничный	20	90,00
<i>Итого за Комплекс</i>							

Курсив - диетические блюда