

Согласовано  
Директор ООО "Комфорт"  
Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"  
Гимназия Арт-Этюд  
Меню на 1 марта 2023 года\*

Согласовано  
Директор  
Семёнова А.А.

| вещества  |       |          | Ккал   | № ТТК | Наименование блюда                                  | Выход, г | Цена, руб |
|---|-------|----------|--------|-------|---|----------|-----------|
| Белки   | Жиры  | Углеводы |        |       |   |          |           |
| <b>Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы</b>                         |       |          |        |       |   |          |           |
| 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     |
| <b>Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы</b>  |       |          |        |       |   |          |           |
| 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    |
| <b>Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы</b>                        |       |          |        |       |   |          |           |
| 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     |
| <b>Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы</b> |       |          |        |       |   |          |           |
| 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    |
| <b>Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы</b>            |       |          |        |       |   |          |           |
| <b>Завтрак</b>  |       |          |        |       |   |          |           |
| 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      |
| <b>Обед</b>   |       |          |        |       |   |          |           |
| 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    |
| <b>Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы</b>             |       |          |        |       |   |          |           |
| <b>Завтрак</b>  |       |          |        |       |   |          |           |
| 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      |
| <b>Обед</b>   |       |          |        |       |   |          |           |
| 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    |
| <b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>              |       |          |        |       |   |          |           |
| 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       |           |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                      |       |          |        |       |   |          | 81,02     |

*Курсив* - диетические блюда

*Темный фон* - блюда имеющие в составе аллергенный продукт

Заведующий производством

Мартыненко В.М.