

Согласовано  
Директор ООО "Комфорт"  
Помастилов С. С.

ООО "Комфорт"  
Гимназия Арт-Этюд  
Меню на 11 января 2022 года\*

Согласовано  
Директор  
Семёнова А.А.

вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	29,84
6,60	10,34	34,10	264,00	2*59	Каша гречневая молочная с маслом	220	27,59
0,12	0,06	5,16	21,20	12*1	Соус из черники	20	7,19
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	14,19
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
<b>Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы</b>							
0,60	3,60	5,64	59,40	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60	15,16
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	27,00
15,00	3,10	6,70	116,00	9*11	Фрикадельки куриные	100	53,65
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Пюре картофельное	150	12,56
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	7,22
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
<b>Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	29,84
7,50	11,75	38,75	300,00	2*59	Каша гречневая молочная с маслом	250	31,25
0,24	0,12	10,32	42,40	12*1	Соус из черники	40	14,38
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Какао с молоком	200	14,19
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	40	3,91
<i>Итого за Комплекс</i>							93,57
<b>Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы</b>							
1,00	6,00	9,40	99,00	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	100	23,63
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	27,00
15,00	3,10	6,70	116,00	9*11	Фрикадельки куриные	100	53,65
4,40	5,60	28,20	184,00	5*58	Пюре картофельное	200	20,3
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	7,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
1,98	0,36	10,02	57,90	-	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>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	29,84
7,50	11,75	38,75	300,00	2*59	Каша гречневая молочная с маслом	250	31,25
0,24	0,12	10,32	42,40	12*1	Соус из черники	40	16,17
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	14,19
2,70	1,05	17,54	94,50	-	Батон пшеничный	35	3,49
<b>Обед</b>							
1,00	6,00	9,40	99,00	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	100	23,63
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	27,00
15,00	3,10	6,70	116,00	9*11	Фрикадельки куриные	100	53,65
4,40	5,60	28,20	184,00	5*58	Пюре картофельное	200	20,3
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	7,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70
<i>Итого за Комплекс</i>							233,94
<b>Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	29,84
6,60	10,34	34,10	264,00	2*59	Каша гречневая молочная с маслом	220	27,59
0,12	0,06	5,16	21,20	12*1	Соус из черники	20	7,19
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	14,19
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21
<b>Обед</b>							
0,60	3,60	5,64	59,40	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60	15,16
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	27,00
15,00	3,10	6,70	116,00	9*11	Фрикадельки куриные	100	53,65
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Пюре картофельное	150	12,56
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	7,22
2,38	0,22	16,85	80,64	-	Хлеб вит. пшеничный	36	3,23
1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70
<i>Итого за Комплекс</i>							202,54
<b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	
6,85	6,45	34,64	219,20	2/68 (MP 2.4.0162-19 2.4.)	Каша ячневая молочная с маслом без сахара	220	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	81,02
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Яйцо отварное 1 шт.	50	
4,06	4,04	31,30	171,85	2/78 (2018 № 15/4)	Каша ячневая безмолочная с маслом растит и отрубями	200	
0,24	0,12	10,32	42,4	12*1	Соус из черники	40	
0,2	0,1	13,9	55	11*54	Чай лимонный	200	
3,08	1,2	20,04	108	-	Батон пшеничный	40	
1,32	0,24	6,68	38,6	-	Хлеб вит. ржаной	20	81,02
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
<b>Полдник</b>							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Биточек из мяса говядины и кури	100	
4,06	4,04	31,30	171,85	2/78 (2018 № 15/4)	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	
0,24	0,12	10,32	42,4	12*1	Напиток из свежих яблок	200	
2,38	0,22	16,85	80,64	-	Хлеб вит. пшеничный	20	90
<i>Итого за Комплекс</i>							90,00