

Директор ООО "Комфорт"

Гимназия Арт-Этюд

Директор

Поматиллов С. С.

Меню на 7 декабря 2022 года*

Семёнова 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	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
Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы							
0,60	3,60	5,64	59,40	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60	13,53
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	23,99
13,68	11,36	4,24	174,40	8*23	Биточек домашний	100	50,65
3,78	3,98	11,30	104,25	5*57	Капуста тушеная	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>							113,36
Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы							
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	35	3,91
<i>Итого за Комплекс</i>							93,57
Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы							
1,00	6,00	9,40	99,00	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	100	23,93
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	23,99
13,68	11,36	4,24	174,40	8*23	Биточек домашний	100	50,65
5,04	5,30	15,06	139,00	5*57	Капуста тушеная	200	17,95
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>							130,94
Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
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
0,27	0,14	11,61	47,70	12*1	Соус из черники	45	16,17
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	14,19
6,16	2,40	40,08	216,00	-	Батон пшеничный	80	8,84
Обед							
1,10	6,60	10,34	108,90	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	110	26,64
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	23,99
13,68	11,36	4,24	174,40	8*23	Биточек домашний	100	50,65
5,04	5,30	15,06	139,00	5*57	Капуста тушеная	200	17,95
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
Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	33,51
6,60	10,34	34,10	264,00	2*59	Каша гречневая молочная с маслом	220	27,59
0,18	0,09	7,74	31,80	12*1	Соус из черники	30	10,78
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
Обед							
0,60	3,60	5,64	59,40	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60	13,53
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	23,99
13,68	11,36	4,24	174,40	8*23	Биточек домашний	100	50,65
3,78	3,98	11,30	104,25	5*57	Капуста тушеная	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
1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70
<i>Итого за Комплекс</i>							202,54
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	33,51
0	0	0	0	-	Каша ячневая молочная с маслом без сахара	220	29,76
					Какао с молоком без сахара	200	14,15
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,6
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Яйцо отварное 1 шт.	50	25,18
0	0	0	0	-	Каша ячневая безмолочная с маслом растит и отрубями	200	30,09
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Соус из черники	40	14,38
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Чай лимонный	200	5,15
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Батон пшеничный	40	4,42
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,8
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02

Курсив - диетические блюда

Темный фон - блюда имеющие в составе аллергенный продукт

*Продукция не содержит ГМО