

Директор ООО "Комфорт"

Гимназия Арт-Этюд

Директор

Поматиллов С. С.

Меню на 22 ноября 2022 года*

Семенова А. А.

вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*50	Бутерброд с маслом 20/10	30	17,40
13,80	20,25	3,60	251,25	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	39,77
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
3,08	1,20	20,04	108,00	-	Батон пшеничный	40	4,42
0,60	0,30	14,70	63,90	16*2	Яблоко	150	16,85
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы							
0,78	3,60	3,60	51,60	7*68	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	60	12,80
4,47	9,67	12,53	160,00	6*70	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	21,35
9,81	20,16	8,37	256,50	8*30	Соус "Болоньезе"	90	56,55
5,25	4,05	33,60	196,50	5*54	Макаронные изделия отварные	150	9,43
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток из черноплодной рябины	200	6,03
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							113,36
Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	16,86
18,40	27,00	4,80	335,00	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	53,02
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Батон пшеничный	30	3,31
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Яблоко	159	17,80
<i>Итого за Комплекс</i>							93,57
Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы							
1,30	6,00	6,00	86,00	7*68	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	100	21,33
5,58	12,08	15,67	200,00	6*70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	26,77
10,90	22,40	9,30	285,00	8*30	Соус "Болоньезе"	100	62,91
6,30	4,86	40,32	235,80	5*54	Макаронные изделия отварные	180	11,2
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток из черноплодной рябины	200	6,03
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
0,66	0,12	3,34	19,30	-	Хлеб вит. ржаной	10	0,90
<i>Итого за Комплекс</i>							130,94
Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	16,86
18,40	27,00	4,80	335,00	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	53,02
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
4,93	1,92	32,06	172,80	-	Батон пшеничный	64	7,01
0,68	0,34	16,66	72,42	16*2	Яблоко	170	19,03
Обед							
1,30	6,00	6,00	86,00	7*68	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	100	21,33
5,58	12,08	15,67	200,00	6*70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	26,77
10,90	22,40	9,30	285,00	8*30	Соус "Болоньезе"	100	62,91
6,30	4,86	40,32	235,80	5*54	Макаронные изделия отварные	180	11,2
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток из черноплодной рябины	200	6,03
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							233,94
Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*50	Бутерброд с маслом 20/10	30	17,40
13,80	20,25	3,60	251,25	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	39,77
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
3,39	1,32	22,04	118,80	-	Батон пшеничный	44	4,91
0,68	0,34	16,66	72,42	16*2	Яблоко	170	19,03
Обед							
1,17	5,40	5,40	77,40	7*68	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	90	19,19
4,47	9,67	12,53	160,00	6*70	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	21,35
9,81	20,16	8,37	256,50	8*30	Соус "Болоньезе"	90	56,55
5,25	4,05	33,60	196,50	5*54	Макаронные изделия отварные	150	9,43
0,10	0,10	21,20	83,00	11*1	Напиток из черноплодной рябины	200	6,03
2,31	0,21	16,38	78,40	-	Хлеб вит. пшеничный	35	3,15
2,31	0,42	11,69	67,55	-	Хлеб вит. ржаной	35	3,15
<i>Итого за Комплекс</i>							202,54
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с маслом 20/5	25	8,25
15,86	18,90	2,23	243,00	4*54	Омлет с сыром	150	50,67
0,00	0,00	0,00	0,00	0	Чай без сахара	200	3,40
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
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	14,69
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
0,00	0,00	0,00	0,00	0	Каша вязкая рисовая на воде с растительным маслом	200	34,15
0,18	0,09	7,74	31,80	12*1	Соус из черники	30	20,65
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Чай лимонный	200	4,10
2,31	0,90	15,03	81,00	-	Батон пшеничный	30	3,31
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	17,01
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02