

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Гимназия Арт-Этюд

Директор

Поматиллов С. С.

Меню на 26 января 2023 года*

Семёнова А.А.

вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы							
15,92	13,68	13,60	244,80	3*11	Запеканка (сырники) из творога с морковью	120	47,53
0,12	0,00	19,50	75,60	-	Повидло фруктовое	30	4,32
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	2,56
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	24,40
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы							
1,90	8,70	7,50	120,00	7*20	Икра кабачковая	100	16,03
4,08	4,75	19,58	139,17	6*65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	27,00
13,70	25,40	35,80	430,00	8*27	Плов со свиной	200	63,24
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	11,13
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							121,00
Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы							
19,90	17,10	17,00	306,00	3*11	Запеканка (сырники) из творога с морковью	150	57,87
0,12	0,00	19,50	75,60	-	Повидло фруктовое	30	4,32
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	2,56
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Батон пшеничный	40	4,42
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Яблоко	130	24,40
<i>Итого за Комплекс</i>							93,57
Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы							
1,90	8,70	7,50	120,00	7*20	Икра кабачковая	100	16,03
4,08	4,75	19,58	139,17	6*65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	27,00
17,13	31,75	44,75	537,50	8*27	Плов со свиной	250	77,62
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	11,13
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	3,61
<i>Итого за Комплекс</i>							139,00
Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
19,90	17,10	17,00	306,00	3*11	Запеканка (сырники) из творога с морковью	150	57,87
0,12	0,00	19,50	75,60	-	Повидло фруктовое	30	5,76
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,56
2,70	1,05	17,54	94,50	-	Батон пшеничный	35	4,35
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	24,40
Обед							
1,90	8,70	7,50	120,00	7*20	Икра кабачковая	100	16,03
4,08	4,75	19,58	139,17	6*65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	27,00
17,13	31,75	44,75	537,50	8*27	Плов со свиной	250	77,62
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	11,13
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	3,61
<i>Итого за Комплекс</i>							233,94
Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
15,92	13,68	13,60	244,80	3*11	Запеканка (сырники) из творога с морковью	120	47,53
0,12	0,00	19,50	75,60	-	Повидло фруктовое	30	4,32
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,56
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	24,40
Обед							
1,90	8,70	7,50	120,00	7*20	Икра кабачковая	100	16,03
4,08	4,75	19,58	139,17	6*65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	27,00
13,70	25,40	35,80	430,00	8*27	Плов со свиной	200	63,24
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	11,13
1,65	0,15	11,70	56,00	-	Хлеб вит. пшеничный	25	2,32
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							202,54
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	81,02
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	
6,96	9,04	34,80	248,00	2*61	Каша жидкая рисовая с маслом без сахара	200	
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком без сахара	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<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	81,02
6,96	9,04	34,80	248,00	2*61	Каша вязкая жидкая на воде с растительным маслом	200	
0,18	0,11	10,01	40,60	12*2	Соус из малины	35	
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							
Полдник							
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Филе куриное тушенное с овощами	200	90,00
6,96	9,04	34,80	248,00	2*61	Напиток из черноплодной рябины	200	
1,65	0,15	11,70	56,00	-	Хлеб вит. пшеничный	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							90,00

Курсив - диетические блюда
Темный фон - блюда имеющие в составе аллергенный продукт