

Согласовано
Директор ООО "Комфорт"
Поматилос С. С.

ООО "Комфорт"
Гимназия Арт-Этюд
Меню на 30 января 2023 года*

Согласовано
Директор
Семёнова А.А.

вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	26,02
9,04	9,76	38,00	276,00	2*60	Каша жидкая пшеничная с маслом	200	25,05
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	12,65
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,61
0,56	0,28	13,72	59,64	16*2	Яблоко	130	14,69
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы							
1,04	2,40	14,00	80,00	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	80	20,67
5,27	8,53	13,00	150,00	6*63	Суп с макаронными изделиями	200	16,43
19,10	3,10	8,30	138,00	9*8	Котлета куриная	100	52,67
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Пюре картофельное	150	21,72
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,11
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
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							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	32,39
11,30	12,20	47,50	345,00	2*60	Каша жидкая пшеничная с маслом	250	31,23
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	12,65
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,61
0,56	0,28	13,72	59,64	16*2	Яблоко	130	14,69
<i>Итого за Комплекс</i>							93,57
Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы							
1,30	3,00	17,50	100,00	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	100	25,83
6,58	10,67	16,25	187,50	6*63	Суп с макаронными изделиями	250	20,58
21,01	3,41	9,13	151,80	9*8	Котлета куриная	110	57,02
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	26,06
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,11
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							139,00
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	32,39
11,30	12,20	47,50	345,00	2*60	Каша жидкая пшеничная с маслом	250	28,98
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	12,65
3,08	1,20	20,04	108,00	-	Батон пшеничный	40	5,22
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	14,69
Обед							
1,30	3,00	17,50	100,00	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	100	25,83
6,58	10,67	16,25	187,50	6*63	Суп с макаронными изделиями	250	20,58
21,01	3,41	9,13	151,80	9*8	Котлета куриная	110	57,02
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	26,06
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,11
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,31	0,42	11,69	67,55	-	Хлеб вит. ржаной	35	2,81
<i>Итого за Комплекс</i>							233,94
Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	26,02
9,04	9,76	38,00	276,00	2*60	Каша жидкая пшеничная с маслом	200	23,18
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	12,65
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	35	5,00
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	14,69
Обед							
1,04	2,40	14,00	80,00	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	80	20,67
5,27	8,53	13,00	150,00	6*63	Суп с макаронными изделиями	200	16,43
19,10	3,10	8,30	138,00	9*8	Котлета куриная	100	52,67
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Пюре картофельное	150	21,72
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,11
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	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	
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	
7,84	5,16	56,33	303,09	13*22	Каша жидкая пшеничная с маслом без сахара	200	
8,60	9,00	53,30	331,00	11*51	Какао с молоком без сахара	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	81,02
<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	
8,20	6,20	49,00	288,00	2*64	Каша жидкая пшеничная на воде с растительным маслом	250	
0,24	0,12	10,32	42,40	12*1	Соус из черники	40	
0,00	0,00	19,00	72,00	11*16	Кисель "Витюшка"	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	81,02
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
Полдник							
15,60	18,70	42,00	402,00	9*17	Плов из птицы	250	
2,30	6,60	5,70	92,00	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	90,00
<i>Итого за Комплекс</i>							90,00