

Согласовано  
 Директор ООО "Комфорт"  
 Поматилос С. С.

ООО "Комфорт"  
 Гимназия Арт-Этюд  
 Меню на 28 октября 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	24,20
3,30	9,02	22,00	189,20	2*63	Каша жидкая манная с маслом	220	30,17
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	13,16
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	11,28
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>							
1,28	6,32	8,24	97,60	7*26	Закуска витаминка (с огурцом)	80	10,66
7,13	6,20	15,60	148,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	200	17,42
11,97	2,61	4,05	87,30	10*6	Тефтели из минтая	90	43,9
2,99	4,01	22,58	144,90	5*52	Картофель отварной с маслом	150	22,25
1,00	0,10	29,50	118,00	11*52	Компот из кураги	200	13,72
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
<b>Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы</b>							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	30,45
3,75	10,25	25,00	215,00	2*63	Каша жидкая манная с маслом	250	34,28
0,18	0,11	10,01	40,60	12*2	Соус из малины	35	15,35
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Кофейный напиток	200	11,28
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21
<i>Итого за Комплекс</i>							93,57
<b>Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы</b>							
1,60	7,90	10,30	122,00	7*26	Закуска витаминка (с огурцом)	100	13,33
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	21,77
13,30	2,90	4,50	97,00	10*6	Тефтели из минтая	100	48,77
3,58	4,81	27,09	173,88	5*52	Картофель отварной с маслом	180	26,7
1,00	0,10	29,50	118,00	11*52	Компот из кураги	200	13,72
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
2,24	0,41	11,36	65,62	-	Хлеб вит. ржаной	34	3,04
<i>Итого за Комплекс</i>							130,94
<b>Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	30,45
3,75	10,25	25,00	215,00	2*63	Каша жидкая манная с маслом	250	34,28
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	17,58
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	11,28
6,16	2,40	40,08	216,00	-	Батон пшеничный	80	8,84
<b>Обед</b>							
1,60	7,90	10,30	122,00	7*26	Закуска витаминка (с огурцом)	100	13,33
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	21,77
13,30	2,90	4,50	97,00	10*6	Тефтели из минтая	100	48,77
3,58	4,81	27,09	173,88	5*52	Картофель отварной с маслом	180	26,7
1,00	0,10	29,50	118,00	11*52	Компот из кураги	200	13,72
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,61
<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	24,20
3,30	9,02	22,00	189,20	2*63	Каша жидкая манная с маслом	220	30,17
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	17,58
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	11,28
3,08	1,20	20,04	108,00	-	Батон пшеничный	40	4,42
<b>Обед</b>							
1,28	6,32	8,24	97,60	7*26	Закуска витаминка (с огурцом)	80	10,66
7,13	6,20	15,60	148,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	200	17,42
11,97	2,61	4,05	87,30	10*6	Тефтели из минтая	90	43,9
2,99	4,01	22,58	144,90	5*52	Картофель отварной с маслом	150	22,25
1,00	0,10	29,50	118,00	11*52	Компот из кураги	200	13,72
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
2,44	0,44	12,36	71,41	-	Хлеб вит. ржаной	37	3,33
<i>Итого за Комплекс</i>							202,54
<b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
3,76	3,05	9,64	81,06	1*5	Бутерброд с сыром 20/10	30	16,45
0,80	4,00	5,95	62,50	7*38	Горошек зеленый	50	11,90
18,40	27,00	4,80	335,00	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	48,32
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай без сахара	200	2,55
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
18,40	27,00	4,80	335,00	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	51,81
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,40
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
0,60	0,30	14,70	63,90	16*2	Яблоко	150	21,00
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02

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