

Директор ООО "Комфорт"

Гимназия Арт-Этюд

Директор

Поматиллов С. С.

Меню на 5 декабря 2022 года\*

Семенова А.А.

вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы</b>							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	16,83
7,66	9,94	38,28	272,80	2*61	Каша жидкая рисовая с маслом	220	34,65
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	13,16
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	14,17
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>							
1,20	5,00	13,90	103,00	7*12	Салат из моркови и сахара	100	14,45
3,80	1,93	7,80	64,00	6*1	Уха из минтая	200	19,69
19,10	3,10	8,30	138,00	9*8	Котлета куриная	100	47,7
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Пюре картофельное	150	21,72
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
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>							113,36
<b>Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	22,15
8,70	11,30	43,50	310,00	2*61	Каша жидкая рисовая с маслом	250	39,37
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	13,16
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Какао с молоком	200	14,17
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	43	4,72
<i>Итого за Комплекс</i>							93,57
<b>Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы</b>							
1,20	5,00	13,90	103,00	7*12	Салат из моркови и сахара	100	14,45
4,75	2,42	9,75	80,00	6*1	Уха из минтая	250	24,60
22,92	3,72	9,96	165,60	9*8	Котлета куриная	120	57,27
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	25,99
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
1,78	0,32	9,02	52,11	-	Хлеб вит. ржаной	27	2,44
<i>Итого за Комплекс</i>							130,94
<b>Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	22,15
8,70	11,30	43,50	310,00	2*61	Каша жидкая рисовая с маслом	250	39,37
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	17,58
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	14,17
6,01	2,34	39,08	210,60	-	Батон пшеничный	78	8,56
<b>Обед</b>							
1,20	5,00	13,90	103,00	7*12	Салат из моркови и сахара	100	14,45
4,75	2,42	9,75	80,00	6*1	Уха из минтая	250	24,60
22,92	3,72	9,96	165,60	9*8	Котлета куриная	120	57,27
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	25,99
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
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>							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	16,83
7,66	9,94	38,28	272,80	2*61	Каша жидкая рисовая с маслом	220	34,65
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	17,58
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	14,17
4,16	1,62	27,05	145,80	-	Батон пшеничный	54	5,95
<b>Обед</b>							
1,20	5,00	13,90	103,00	7*12	Салат из моркови и сахара	100	14,45
3,80	1,93	7,80	64,00	6*1	Уха из минтая	200	19,69
19,10	3,10	8,30	138,00	9*8	Котлета куриная	100	47,7
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Пюре картофельное	150	21,72
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,58
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>							202,54
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
6,54	4,19	19,34	141,19	13*27	Яйцо отварное 1 шт.	50	15,35
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Каша жидкая пшеничная на воде с растительным маслом	250	27,36
0,96	4,00	11,12	82,40	7*12	Соус из черники	40	14,44
3,80	1,93	7,80	64,00	6*1	Кисель "Витюшка"	200	16,65
15,00	3,10	6,70	116,00	9*11	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,61
<i>Итого за Комплекс</i>							81,02

Курсив - диетические блюда