

Директор ООО "Комфорт"  
Поматиллов С. С.

Гимназия Арт-Этюд  
Меню на 28 апреля 2023 года\*

Директор  
Семёнова А. А.

вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб
<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	28,60
8,48	10,56	31,36	253,60	2*62		Каша жидкая геркулесовая с маслом	200	24,55
0,24	0,12	60,32	42,40	12*1		Соус из черники	40	14,40
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59		Кофейный напиток	200	11,26
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	4,00	6,32	70,40	7*16		Салат из квашеной капусты с луком репчатым и растительным маслом	80	24,94
4,90	5,70	23,50	167,00	6*65		Суп-пюре гороховый с гречками	200	17,60
18,30	5,40	3,00	134,00	9*10		Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	100	53,1
3,50	2,70	22,40	131,00	5*54		Макаронные изделия отварные	150	9,41
0,00	0,00	19,00	72,00	11*16		Кисель "Витошка"	200	10,55
6,44	0,59	45,66	218,54	-		Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
3,22	0,59	16,29	94,15	-		Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>								121,00
<b>Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы</b>								
5,08	15,08	9,97	195,90	1*55		Бутерброд с сыром и маслом 20/15/15	50	36,16
10,60	13,20	39,20	317,00	2*62		Каша жидкая геркулесовая с маслом	250	30,93
0,18	0,09	7,74	31,80	12*1		Соус из черники	30	10,80
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2		Кофейный напиток	200	11,26
1,54	0,60	10,02	54,00	-		Батон пшеничный	40	4,42
<i>Итого за Комплекс</i>								93,57
<b>Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы</b>								
1,60	5,00	7,90	88,00	7*16		Салат из квашеной капусты с луком репчатым и растительным маслом	100	29,17
4,08	4,75	19,58	139,17	6*65		Суп-пюре гороховый с гречками	250	22
21,96	6,48	3,60	160,80	9*10		Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	120	62,4
6,30	4,86	40,32	235,80	5*54		Макаронные изделия отварные	180	11,28
0,00	0,00	19,00	72,00	11*16		Кисель "Витошка"	200	10,55
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>								139,00
<b>Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы</b>								
<b>Завтрак</b>								
5,08	15,08	9,97	195,90	1*55		Бутерброд с сыром и маслом 20/15/15	50	36,16
10,60	13,20	39,20	317,00	2*62		Каша жидкая геркулесовая с маслом	250	30,73
0,18	0,09	7,74	31,80	12*1		Соус из черники	30	14,40
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59		Кофейный напиток	200	11,26
1,54	0,60	10,02	54,00	-		Батон пшеничный	20	2,21
<b>Обед</b>								
1,60	5,00	7,90	88,00	7*16		Салат из квашеной капусты с луком репчатым и растительным маслом	100	29,17
4,08	4,75	19,58	139,17	6*65		Суп-пюре гороховый с гречками	250	22
21,96	6,48	3,60	160,80	9*10		Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	120	62,4
6,30	4,86	40,32	235,80	5*54		Макаронные изделия отварные	180	11,28
0,00	0,00	19,00	72,00	11*16		Кисель "Витошка"	200	10,55
1,32	0,12	9,36	44,80	-		Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
1,65	0,30	8,35	48,25	-		Хлеб вит. ржаной	25	1,98
<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	28,60
8,48	10,56	31,36	253,60	2*62		Каша жидкая геркулесовая с маслом	200	24,55
0,24	0,12	10,32	42,40	12*1		Соус из черники	40	14,40
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59		Кофейный напиток	200	11,26
1,54	0,60	10,02	54,00	-		Батон пшеничный	20	2,21
<b>Обед</b>								
1,28	4,00	6,32	70,40	7*16		Салат из квашеной капусты с луком репчатым и растительным маслом	80	24,94
3,27	3,80	15,67	111,33	6*65		Суп-пюре гороховый с гречками	200	17,60
18,30	5,40	3,00	134,00	9*10		Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	100	53,1
5,25	4,05	33,60	196,50	5*54		Макаронные изделия отварные	150	9,41
0,00	0,00	19,00	72,00	11*16		Кисель "Витошка"	200	10,55
2,31	0,21	16,38	78,40	-		Хлеб вит. пшеничный	35	3,22
1,98	0,36	10,02	57,90	-		Хлеб вит. ржаной	30	2,70
<i>Итого за Комплекс</i>								202,54
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>								
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57		Яйцо отварное 1 шт.	50	
5,10	6,50	24,70	181,00	13*54		Каша вязкая овсяная на воде с растительным маслом	200	
0,24	0,12	10,32	42,40	12*1		Соус из черники	40	
3,08	1,20	20,04	108,00	-		Батон пшеничный	40	
1,32	0,24	6,68	38,60	-		Хлеб вит. ржаной	20	
0,00	0,00	19,00	72,00	0		Кисель "Витошка"	200	81,02
<i>Итого за Комплекс</i>								81,02
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>								
<b>Полдник</b>								
5,08	15,08	9,97	195,90	1*55		Тефтели мясные (говядина, свинина)	100	
3,00	2,46	13,02	87,60	5*53		Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56		Чай с сахаром	200	
2,31	0,21	16,38	78,40	8*59		Хлеб вит. пшеничный	20	
<i>Итого за Комплекс</i>								90,00
<i>Итого за Комплекс</i>								90,00

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