

Согласовано
 Директор ООО "Комфорт"
 Поматиллов С. С.

ООО "Комфорт"
 Гимназия Арт-Этюд

Согласовано
 Директор
 Семенова А. А.

Меню на 27 апреля 2023 года

| вещества | | | | Ккал. | № ТТК | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб | |
|--|-------|----------|--------|-------|--|-------------------|----------|-----------|--|
| Белки | Жиры | Углеводы | г | | | | | | |
| Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы | | | | | | | | | |
| 15,92 | 13,68 | 13,60 | 244,80 | 3*11 | Запеканка (сырники) из творога с морковью | 120 | 57,20 | | |
| 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 | 2,60 | | |
| 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 | 14,69 | | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | | 81,02 | |
| Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы | | | | | | | | | |
| 1,00 | 6,00 | 9,40 | 99,00 | 7*65 | Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом | 100 | 22,05 | | |
| 4,47 | 9,67 | 12,53 | 160,00 | 6*70 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200 | 17,60 | | |
| 13,20 | 17,60 | 5,00 | 233,00 | 8*34 | Биточки мясосоупные (говядина, свинина) | 90 | 52,1 | | |
| 7,50 | 6,15 | 32,55 | 219,00 | 5*53 | Каша рассыпчатая гречневая с маслом | 150 | 15,69 | | |
| 0,80 | 0,30 | 30,90 | 128,00 | 11*53 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 8,16 | | |
| 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 | | | | | | | | | |
| 19,90 | 17,10 | 17,00 | 306,00 | 3*11 | Запеканка (сырники) из творога с морковью | 150 | 67,54 | | |
| 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 | 2,60 | | |
| 0,52 | 0,26 | 12,74 | 55,38 | 16*2 | Яблоко | 130 | 14,69 | | |
| 1,54 | 0,60 | 10,02 | 54,00 | - | Батон пшеничный | 40 | 4,42 | | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | | 93,57 | |
| Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы | | | | | | | | | |
| 1,00 | 6,00 | 9,40 | 99,00 | 7*65 | Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом | 100 | 22,05 | | |
| 5,58 | 12,08 | 15,67 | 200,00 | 6*70 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250 | 27,00 | | |
| | | | | | Биточки мясосоупные (говядина, свинина) | 110 | 59,91 | | |
| 5,40 | 4,68 | 23,94 | 162,00 | 5*66 | Каша гречневая вязкая | 180 | 18,28 | | |
| 0,80 | 0,30 | 30,90 | 128,00 | 11*53 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 8,16 | | |
| 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 | |
| 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 | 67,54 | | |
| 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 | 2,60 | | |
| 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 | 14,69 | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 1,00 | 6,00 | 9,40 | 99,00 | 7*65 | Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом | 100 | 22,05 | | |
| 5,58 | 12,08 | 15,67 | 200,00 | 6*70 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250 | 27,00 | | |
| 13,20 | 17,60 | 5,00 | 233,00 | 8*34 | Биточки мясосоупные (говядина, свинина) | 110 | 59,91 | | |
| 9,00 | 7,38 | 39,06 | 262,80 | 5*53 | Каша рассыпчатая гречневая с маслом | 180 | 18,28 | | |
| 0,80 | 0,30 | 30,90 | 128,00 | 11*53 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 8,16 | | |
| 1,25 | 0,11 | 8,89 | 42,56 | - | Хлеб вит. пшеничный | 19 | 3,58 | | |
| 1,32 | 0,24 | 6,68 | 38,60 | - | Хлеб вит. ржаной | 20 | 3,60 | | |
| <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 | 57,20 | | |
| 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 | 2,60 | | |
| 1,54 | 0,60 | 10,02 | 54,00 | - | Батон пшеничный | 20 | 4,42 | | |
| 0,52 | 0,26 | 12,74 | 55,38 | 16*2 | Яблоко | 130 | 14,69 | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 1,00 | 6,00 | 9,40 | 99,00 | 7*65 | Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом | 100 | 22,05 | | |
| 4,47 | 9,67 | 12,53 | 160,00 | 6*70 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200 | 17,60 | | |
| 13,20 | 17,60 | 5,00 | 233,00 | 8*34 | Биточки мясосоупные (говядина, свинина) | 90 | 52,1 | | |
| 7,50 | 6,15 | 32,55 | 219,00 | 5*53 | Каша рассыпчатая гречневая с маслом | 150 | 15,69 | | |
| 0,80 | 0,30 | 30,90 | 128,00 | 11*53 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 8,16 | | |
| 1,65 | 0,15 | 11,70 | 56,00 | - | Хлеб вит. пшеничный | 25 | 1,91 | | |
| 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) | | | | | | | | | |
| 15,00 | 3,10 | 6,70 | 116,00 | 9*11 | Фрикадельки куриные | 100 | | | |
| 5,25 | 4,05 | 33,60 | 196,50 | 5*54 | Макаронные изделия отварные | 150 | | | |
| 0,20 | 0,20 | 25,30 | 103,00 | 11*74 | Напиток из свежих яблок | 200 | | | |
| 1,32 | 0,12 | 9,36 | 44,80 | - | Хлеб вит. пшеничный | 20 | | 90,00 | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | | 90,00 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 15,72 | 38,99 | 1,75 | 1,24 | 8*27 | Плов со свиной | 250 | | | |
| | | | | 11*53 | Напиток из плодов шиповника | 200 | | 90,00 | |
| | | | | - | Хлеб вит. пшеничный | 20 | | | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | | 90,00 | |

Курсив - диетические блюда