

Директор ООО "Комфорт"

Гимназия Арт-Этюд

Директор

Поматилов С. С.

Меню на 11 сентября 2025 года\*

Семёнова А.А.

| Пищевые вещества  |       |          | Ккал   | № ТТК | Наименование блюд                             | Выход, г | Цена, руб |
|---|-------|----------|--------|-------|---|----------|-----------|
| Белки   | Жиры  | Углеводы |        |       |   |          |           |
| <b>Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы</b>                         |       |          |        |       |   |          |           |
| 15,92   | 13,68 | 13,60    | 244,80 | 3*11  | Запеканка (сырники) из творога с морковью     | 120      | 63,94     |
| 2,16  | 2,55  | 16,65    | 98,19  | 12*59 | Молоко сгущенное                              | 30       | 12,42     |
| 0,20  | 0,00  | 13,70    | 53,00  | 11*17 | Чай "Каркаде" с сахаром                       | 200      | 4,38      |
| 1,54  | 0,60  | 10,02    | 54,00  | -     | Батон пшеничный                               | 20       | 2,21      |
| 0,52  | 0,26  | 12,74    | 55,38  | -     | Яблоко  | 130      | 25,69     |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                      |       |          |        |       |   |          | 108,64    |
| <b>Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы</b>  |       |          |        |       |   |          |           |
| 0,95  | 4,80  | 3,44     | 63,20  | 7/48  | Салат из свежих овощей                        | 80       | 20,64     |
| 6,70  | 14,50 | 18,80    | 240,00 | 6*70  | Рассольник Ленинградский со сметаной          | 200      | 33,60     |
| 13,67   | 18,98 | 16,12    | 327,07 | 8/26  | Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями | 90       | 71,46     |
| 7,50  | 6,15  | 32,55    | 219,00 | 5*66  | Макаронные изделия отварные                   | 150      | 18,69     |
| 0,80  | 0,30  | 30,90    | 128,00 | 11*53 | Напиток из плодов шиповника                   | 200      | 13,16     |
| 6,60  | 0,60  | 46,80    | 224,00 | -     | Хлеб вит. пшеничный                           | 40       | 3,60      |
| 3,30  | 0,60  | 16,70    | 96,50  | -     | Хлеб вит. ржаной                              | 20       | 1,80      |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                      |       |          |        |       |   |          | 162,95    |
| <b>Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы</b>                        |       |          |        |       |   |          |           |
| 19,90   | 17,10 | 17,00    | 306,00 | 3*11  | Запеканка (сырники) из творога с морковью     | 150      | 79,58     |
| 2,52  | 2,98  | 19,43    | 114,56 | 12*59 | Молоко сгущенное                              | 35       | 14,49     |
| 0,20  | 0,00  | 13,70    | 53,00  | 11*17 | Чай "Каркаде" с сахаром                       | 200      | 4,38      |
| 0,52  | 0,26  | 12,74    | 55,38  | -     | Яблоко  | 130      | 25,69     |
| 1,54  | 0,60  | 10,02    | 54,00  | -     | Батон пшеничный                               | 40       | 4,42      |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                      |       |          |        |       |   |          | 128,56    |
| <b>Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы</b> |       |          |        |       |   |          |           |
| 1,19  | 5,99  | 5,92     | 79,41  | 7/48  | Салат из свежих овощей                        | 100      | 25,80     |
| 5,58  | 12,08 | 15,67    | 200,00 | 6*70  | Рассольник Ленинградский со сметаной          | 250      | 42,00     |
| 15,50   | 16,60 | 65,30    | 350,30 | 8/26  | Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями | 100      | 86,86     |
| 6,30  | 4,86  | 40,32    | 235,80 | 5*54  | Макаронные изделия отварные                   | 180      | 21,42     |
| 0,80  | 0,30  | 30,90    | 128,00 | 11*53 | Напиток из плодов шиповника                   | 200      | 13,16     |
| 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>                                      |       |          |        |       |   |          | 192,84    |
| <b>Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы</b>            |       |          |        |       |   |          |           |
| <b>Завтрак</b>  |       |          |        |       |   |          |           |
| 19,90   | 17,10 | 17,00    | 306,00 | 3*11  | Запеканка (сырники) из творога с морковью     | 150      | 79,58     |
| 2,16  | 2,55  | 16,65    | 98,19  | 12*59 | Молоко сгущенное                              | 35       | 14,49     |
| 0,20  | 0,00  | 13,70    | 53,00  | 11*17 | Чай "Каркаде" с сахаром                       | 200      | 4,38      |
| 3,08  | 1,20  | 20,04    | 108,00 | -     | Батон пшеничный                               | 130      | 25,69     |
| 0,52  | 0,26  | 12,74    | 55,38  | -     | Яблоко  | 40       | 4,42      |
| <b>Обед</b>   |       |          |        |       |   |          |           |
| 1,19  | 5,99  | 5,92     | 79,41  | 7/48  | Салат из свежих овощей                        | 100      | 25,80     |
| 5,58  | 12,08 | 15,67    | 200,00 | 6*70  | Рассольник Ленинградский со сметаной          | 250      | 42,00     |
| 15,50   | 16,60 | 65,30    | 350,30 | 8/26  | Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями | 100      | 86,86     |
| 6,30  | 4,86  | 40,32    | 235,80 | 5*54  | Макаронные изделия отварные                   | 180      | 21,42     |
| 0,80  | 0,30  | 30,90    | 128,00 | 11*53 | Напиток из плодов шиповника                   | 200      | 13,16     |
| 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>                                      |       |          |        |       |   |          | 321,40    |
| <b>Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы</b>             |       |          |        |       |   |          |           |
| <b>Завтрак</b>  |       |          |        |       |   |          |           |
| 15,92   | 13,68 | 13,60    | 244,80 | 3*11  | Запеканка (сырники) из творога с морковью     | 120      | 63,94     |
| 2,16  | 2,55  | 16,65    | 98,19  | 12*59 | Молоко сгущенное                              | 30       | 12,42     |
| 0,20  | 0,00  | 13,70    | 53,00  | 11*17 | Чай "Каркаде" с сахаром                       | 200      | 4,38      |
| 1,54  | 0,60  | 10,02    | 54,00  | -     | Батон пшеничный                               | 20       | 2,21      |
| 0,52  | 0,26  | 12,74    | 55,38  | -     | Яблоко  | 130      | 25,69     |
| <b>Обед</b>   |       |          |        |       |   |          |           |
| 0,95  | 4,80  | 3,44     | 63,20  | 7/48  | Салат из свежих овощей                        | 80       | 20,64     |
| 6,70  | 14,50 | 18,80    | 240,00 | 6*70  | Рассольник Ленинградский со сметаной          | 200      | 33,60     |
| 13,67   | 18,98 | 16,12    | 327,07 | 8/26  | Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями | 90       | 71,46     |
| 7,50  | 6,15  | 32,55    | 219,00 | 5*66  | Макаронные изделия отварные                   | 150      | 18,69     |

|  |       |       |        |        |   |     |        |
|--|-------|-------|--------|--------|---|-----|--------|
| 0,80   | 0,30  | 30,90 | 128,00 | 11*53  | Напиток из плодов шиповника                   | 200 | 13,16  |
| 6,60   | 0,60  | 46,80 | 224,00 | -      | Хлеб вит. пшеничный                           | 40  | 3,60   |
| 3,30   | 0,60  | 16,70 | 96,50  | -      | Хлеб вит. ржаной                              | 20  | 1,80   |
| <i>Итого за Комплекс</i>                         |       |       |        |        |   |     | 271,59 |
| <b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b> |       |       |        |        |   |     |        |
| 5,02   | 12,10 | 36,57 | 264,94 | 5/75   | Морковная запеканка с маслом растительным     | 200 |        |
| 0,18   | 0,04  | 13,75 | 53,14  | 11/17  | Чай "Каркаде" с сахаром                       | 200 |        |
| 3,08   | 1,20  | 20,04 | 108,00 | -      | Батон пшеничный                               | 40  |        |
| 2,64   | 0,48  | 13,36 | 77,20  | -      | Хлеб вит. ржаной                              | 40  |        |
| 0,52   | 0,52  | 15,08 | 63,28  | -      | Яблоко  | 130 |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                         |       |       |        |        |   |     | 108,64 |
| <b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b> |       |       |        |        |   |     |        |
| 0,95   | 4,80  | 3,44  | 63,20  | 7/48   | Салат из свежих овощей                        | 80  |        |
| 4,47   | 9,67  | 12,53 | 160,00 | 6*70-1 | Рассольник Ленинградский                      | 200 |        |
| 13,67  | 18,98 | 16,12 | 327,07 | 8/26   | Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями | 90  |        |
| 5,25   | 4,05  | 33,60 | 196,50 | 5*54   | Макаронные изделия отварные                   | 150 |        |
| 0,80   | 0,30  | 30,90 | 128,00 | 11*53  | Напиток из плодов шиповника                   | 200 |        |
| 2,64   | 0,24  | 18,72 | 89,60  | -      | Хлеб вит. пшеничный                           | 40  |        |
| 1,32   | 0,24  | 6,68  | 38,60  | -      | Хлеб вит. ржаной                              | 40  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                         |       |       |        |        |   |     |        |
| <b>Полдник</b>                                   |       |       |        |        |   |     |        |
| 15,72  | 38,99 | 1,75  | 1,24   | 8*27   | Плов со свининой                              | 200 |        |
| 0,19   | 0,03  | 13,85 | 59,14  | 11*56  | Чай с сахаром                                 | 200 |        |
| 1,32   | 0,24  | 6,68  | 38,60  | -      | Хлеб вит. ржаной                              | 20  |        |
| 1,32   | 0,12  | 9,36  | 44,80  | -      | Хлеб вит. пшеничный                           | 40  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                         |       |       |        |        |   |     | 100,00 |
| <b>Комплекс №1 Альтернативное меню</b>           |       |       |        |        |   |     |        |
| 9,60   | 9,30  | 20,10 | 183,00 | 3,*52  | Запеканка морковная без яйца                  | 150 |        |
| 2,16   | 2,55  | 16,65 | 98,19  | 12*59  | Молоко сгущенное                              | 30  |        |
| 0,20   | 0,00  | 13,70 | 53,00  | 11*17  | Чай "Каркаде" с сахаром                       | 200 |        |
| 7,70   | 3,00  | 50,10 | 270,00 | -      | Батон пшеничный                               | 20  |        |
| 0,40   | 0,20  | 9,80  | 42,60  | -      | Яблоко  | 130 |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                         |       |       |        |        |   |     | 108,64 |
| <b>Комплекс №2 Альтернативное меню</b>           |       |       |        |        |   |     |        |
| 0,95   | 4,80  | 3,44  | 63,20  | 7/48   | Салат из свежих овощей                        | 80  |        |
| 4,47   | 9,67  | 12,53 | 160,00 | 6*70   | Рассольник Ленинградский без картофеля        | 200 |        |
| 13,67  | 18,98 | 16,12 | 327,07 | 8/26   | Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями | 90  |        |
| 7,50   | 6,15  | 32,55 | 219,00 | 5*66   | Макаронные изделия отварные                   | 150 |        |
| 0,80   | 0,30  | 30,90 | 128,00 | 11*53  | Напиток из плодов шиповника                   | 200 |        |
| 2,64   | 0,24  | 18,72 | 89,60  | -      | Хлеб вит. пшеничный                           | 40  |        |
|  |       |       |        | -      | Хлеб вит. ржаной                              | 40  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                         |       |       |        |        |   |     | 162,95 |
| <b>Комплекс №12 5-11 классы</b>                  |       |       |        |        |   |     |        |
| 4,44   | 9,67  | 14,36 | 159,83 | 6*70   | Рассольник Ленинградский со сметаной          | 200 |        |
| 13,67  | 18,98 | 16,12 | 327,07 | 8/26   | Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями | 110 |        |
| 6,78   | 4,89  | 42,50 | 240,52 | 5*54   | Макаронные изделия отварные                   | 180 |        |
| 0,80   | 0,33  | 36,17 | 138,10 | 11*53  | Напиток из плодов шиповника                   | 200 |        |
| 2,64   | 0,48  | 16,68 | 77,35  | -      | Хлеб вит. пшеничный                           | 40  |        |
| 1,32   | 0,24  | 8,34  | 38,68  | -      | Хлеб вит. ржаной                              | 20  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                         |       |       |        |        |   |     | 162,00 |

Заведующий производством

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ НЕТИПОВОЕ АВТНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ КУЛЬТУРЫ " ГИМНАЗИЯ "АРТ-ЭТЮД", Семенова Анастасия  
Анатолевна, Директор

10.09.25 17:00  
(MSK)

Сертификат 6CA5754EAAEBF3449C17EE55092ADD55