

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
1,28	4,00	6,16	69,60	7*17	Закуска соленый огурец	30	15,15
11,61	2,52	7,29	99,90	8*29	Биточек из мяса говядины и курицы	100	48,91
9,00	7,38	39,06	262,80	5*74	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	180	26,54
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,32
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>							98,52
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
1,28	4,00	6,16	69,60	7*81	Салат "Свежесть"	100	22,79
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	35,00
11,61	2,52	7,29	99,90	8*29	Биточек из мяса говядины и курицы	100	48,91
9,00	7,38	39,06	262,80	5*74	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	180	26,54
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,32
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	5,11
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	5,12
<i>Итого за Комплекс</i>							147,79
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	34,00
10,60	13,20	39,20	317,00	2*62	Каша жидкая геркулесовая с маслом	250	31,69
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	16,54
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	12,69
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
1,28	4,00	6,16	69,60	7*81	Салат "Свежесть"	100	22,79
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	35,00
11,61	2,52	7,29	99,90	8*29	Биточек из мяса говядины и курицы	100	48,91
9,00	7,38	39,06	262,80	5*74	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	180	26,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	5,11
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	5,12
<i>Итого за Комплекс</i>							246,31
Комплекс №5 5-11 классы							
1,28	4,00	6,16	69,60	7*17	Закуска соленый огурец	30	15,15
11,61	2,52	7,29	99,90	8*29	Биточек из мяса говядины и курицы	100	48,91
9,00	7,38	39,06	262,80	5*74	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	180	26,54
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,32
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>							98,52
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Лепёшка Уральская	100	35,00
<i>Итого за Комплекс</i>							35,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	35,00
<i>Итого за Комплекс</i>							35,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
1,28	4,00	6,16	69,60	7*81	Салат "Свежесть"	100	22,79
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	35,00
11,61	2,52	7,29	99,90	8*29	Биточек из мяса говядины и курицы	100	48,91
9,00	7,38	39,06	262,80	5*74	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	180	26,54
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,32
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	5,11
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	5,12
<i>Итого за Комплекс</i>							147,79
Комплекс №9 (свободный выбор)							
26,37	9,05	4,47	204,69	10*5	Филе куриное по-милански	100	144,00
					Картофель по-деревенски	150	
					Напиток из плодов шиповника	200	
<i>Итого за Комплекс</i>							144,00
Комплекс №10 (свободный выбор)							

13,90	12,50	3,80	184,00	8*54	Гуляш из свинины	200	144,00	
2,40	3,70	23,40	138,00	5*57	Рис с овощами	150		
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200		
<i>Итого за Комплекс</i>								144,00

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

Заведующий производством _____ Сажаева А.А.

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ лицей № 109

Директор МАОУ лицей № 109

Поматиллов С. С.

Меню на 19 апреля 2024 года*

Кудимова Ю.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	26,85
9,75	12,14	36,06	291,64	2*62	Каша жидкая геркулесовая с маслом	230	29,16
0,10	0,06	5,72	23,20	12*2	Соус из малины	20	14,70
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	12,69
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							85,20
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,28	4,00	6,16	69,60	7*81	Салат "Свежесть"	80	14,61
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	35,00
11,61	2,52	7,29	99,90	8*29	Биточек из мяса говядины и курицы	90	46,34
7,50	6,15	32,55	219,00	5*74	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	150	22,12
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,32
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>							127,79
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,80	6,60	9,70	116,00	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	26,85
9,75	12,14	36,06	291,64	2*62	Каша жидкая геркулесовая с маслом	230	29,16
0,10	0,06	5,72	23,20	12*2	Соус из малины	20	14,70
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	12,69
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
1,28	4,00	6,16	69,60	7*81	Салат "Свежесть"	80	14,61
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	35,00
11,61	2,52	7,29	99,90	8*29	Биточек из мяса говядины и курицы	90	46,34
7,50	6,15	32,55	219,00	5*74	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	150	22,12
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,32
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>							212,99
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Лепёшка Уральская	100	35,00
<i>Итого за Комплекс</i>							35,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	35,00
<i>Итого за Комплекс</i>							35,00
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)							
1,28	4,00	6,16	69,60	7*81	Салат "Свежесть"	80	14,61
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	35,00
11,61	2,52	7,29	99,90	8*29	Биточек из мяса говядины и курицы	90	46,34
7,50	6,15	32,55	219,00	5*74	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	150	22,12
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,32
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>							127,79
Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Лепёшка Уральская	100	35,00
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,32
<i>Итого за Комплекс</i>							39,32
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	
6,96	9,04	34,80	248,00	2*61	Каша жидкая геркулесовая с маслом без сахара	200	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Кофейный напиток без сахара	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							85,20
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	

6,96	9,04	34,80	248,00	2*61	Каша овсяная вязкая жидкая на воде с растительным маслом	200		
0,18	0,11	10,01	40,60	12*2	Соус из малины	35		
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20		
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	85,20	
<i>Итого за Комплекс</i>								85,20

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

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.