

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ лицей № 109

Директор МАОУ лицей № 109

Поматиллов С. С.

Меню на 14 мая 2024 года\*

Кудимова Ю.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,57	2,61	2,25	36,00	7*10	Кукуруза консервированная	30	2,49
17,37	9,05	30,79	274,12	8*35	Жаркое по-домашнему со свиной	250	84,89
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,84
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70
<i>Итого за Комплекс</i>							98,52
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
1,00	6,00	9,40	99,00	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	100	14,06
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	35,00
17,37	9,05	30,79	274,12	8*35	Жаркое по-домашнему со свиной	250	84,89
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,84
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							147,79
<b>Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,76	3,05	9,64	81,06	1*5	Бутерброд с сыром 20/10	30	19,65
18,40	27,00	4,80	335,00	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	55,84
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,20
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	20,83
<b>Обед</b>							
1,00	6,00	9,40	99,00	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	100	14,06
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	35,00
17,37	9,05	30,79	274,12	8*59	Жаркое по-домашнему со свиной	250	84,89
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,84
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70
<i>Итого за Комплекс</i>							246,31
<b>Комплекс №5 5-11 классы</b>							
0,57	2,61	2,25	36,00	7*10	Кукуруза консервированная	30	2,49
17,37	9,05	30,79	274,12	8*35	Жаркое по-домашнему со свиной	250	84,89
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,84
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70
<i>Итого за Комплекс</i>							98,52
<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>							
3,30	11,94	32,64	246,60	13*17	Рулетик с маком	100	35,00
<i>Итого за Комплекс</i>							35,00
<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>							
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	35,00
<i>Итого за Комплекс</i>							35,00
<b>Комплекс №9 5-11 Обед</b>							
1,00	6,00	9,40	99,00	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	100	14,06
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	35,00
17,37	9,05	30,79	274,12	8*59	Жаркое по-домашнему со свиной	250	84,89
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,84
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							147,79
<b>Комплекс №3 (свободный выбор)</b>							
3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Мясо по-французски с картофелем	250	144
1,52	2,06	5,59	42,10	11*64	Компот из сухофруктов	150	
<i>Итого за Комплекс</i>							144,00
<b>Комплекс №4 (свободный выбор)</b>							
27,14	5,16	11,40	201,00	19*4	Бифштекс с помидором под сыром	100	

5,25	4,05	33,60	196,50	5*54	Макаронные изделия отварные	150	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Компот из сухофруктов	200	144
<i>Итого за Комплекс</i>							144,00

*Курсив* - диетические блюда  
Темный фон - блюда имеющие в составе аллергенный продукт  
\*Продукция не содержит ГМО

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Сажаева А.А.

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ лицей № 109

Директор МАОУ лицей № 109

Поматиллов С. С.

Меню на 14 мая 2024 года\*

Кудимова Ю.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
3,76	3,05	9,64	81,06	1*1	Бутерброд с сыром 20/10	30	19,65
13,80	20,25	3,60	251,25	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	40,72
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,20
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	20,83
<i>Итого за Комплекс</i>							85,20
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
0,80	4,80	7,52	79,20	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	80	8,60
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	35,00
17,37	9,05	30,79	274,12	8*35	Жаркое по-домашнему со свиной	200	72,15
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,84
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							127,79
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,76	3,05	9,64	81,06	1*5	Бутерброд с сыром 20/10	30	19,65
13,80	20,25	3,60	251,25	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	40,72
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	2,20
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	20,83
<b>Обед</b>							
0,80	4,80	7,52	79,20	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	80	8,60
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	35,00
17,37	9,05	30,79	274,12	8*59	Жаркое по-домашнему со свиной	200	72,15
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,84
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							212,99
<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>							
3,30	11,94	32,64	246,60	13*17	Рулетик с маком	100	35,00
<i>Итого за Комплекс</i>							35,00
<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>							
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	35,00
<i>Итого за Комплекс</i>							35,00
<b>Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)</b>							
0,80	4,80	7,52	79,20	7*65	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	80	8,60
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	35,00
17,37	9,05	30,79	274,12	8*59	Жаркое по-домашнему со свиной	200	72,15
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,84
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							127,79
<b>Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)</b>							
3,30	11,94	32,64	246,60	13*17	Рулетик с маком	100	35,00
0,20	0,10	13,90	55,00	11*54	Чай лимонный	200	4,84
<i>Итого за Комплекс</i>							39,84
<b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром 20/10 г	30	
1,52	2,06	5,59	42,10	11/75 (2018 № 27/10)	Горошек зеленый	50	
18,39	26,98	4,76	334,71	7*12	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	85,2
0,08	0,02	0,06	0,64	11*17	Чай без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							85,2
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							

17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200		
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай с сахаром	200		
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	20		
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20		
0,60	0,60	17,40	73,02	-	Фрукт свежий	150		
<i>Итого за Комплекс</i>								85,2
<i>Итого за Комплекс</i>								85,2

*Курсив* - диетические блюда

Темный фон - блюда имеющие в составе аллергенный продукт

*\*Продукция не содержит ГМО*

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Давтян Н. Г.