

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Директор МАОУ лицей № 109

Поматилов С. С.

Меню на 10 января 2025 года*

Кудимова Ю.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб	
Белки	Жиры	Углеводы						
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена								
20,90	3,60	6,60	114,00	7*52	Горошек консервированный	30	7,43	
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38	
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>								128,56
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена								
14,01	6,21	12,07	117,68	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	27,91	
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00	
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38	
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>								192,84

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	35,80
9,75	12,14	36,06	291,64	2*62	Каша молочная жидкая геркулесовая с маслом	250	41,59
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	23,41
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	24,16
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
14,01	6,21	12,07	117,68	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	27,91
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
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>							321,40
Комплекс №5 5-11 классы							
20,90	3,60	6,60	114,00	7*52	Горошек консервированный	30	7,43
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
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>							128,56
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	100	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
14,01	6,21	12,07	117,68	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	27,91
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
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>							192,84
Комплекс №9 (свободный выбор)							
28,25	12,25	19,75	305,00	8*60	Люля-кебаб (свинина, курица)	100	166,00
2,22	4,38	16,97	121,10	10*5	Картофель по-деревенски	150	
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	
<i>Итого за Комплекс</i>							166,00
Комплекс №10 (свободный выбор)							
13,90	12,50	3,80	184,00	8*54	Филе куриное с соленым огурцом под сыром	100	166,00
2,40	3,70	23,40	138,00	5*57	Макаронные изделия отварные	150	
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	
<i>Итого за Комплекс</i>							166,00
Комплекс №1 5-11 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	128,56
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	
8,20	8,40	36,20	244,00	2/79	Каша жидкая геркулесовая с маслом без сахара	250	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
14,01	6,21	12,07	117,68	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	192,84
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Директор МАОУ лицей № 109

Поматиллов С. С.

Меню на 10 января 2025 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 молочная жидкая геркулесовая с маслом	230	38,27
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	17,56
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	24,16
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
14,01	6,21	12,07	117,68	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	21,73
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,37	9,05	30,79	274,12	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	87,64
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
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>							162,95
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 молочная жидкая геркулесовая с маслом	230	38,27
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	17,56
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Какао с молоком	200	24,16
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
14,01	6,21	12,07	117,68	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	21,73
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,37	9,05	30,79	274,12	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	87,64
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
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>							271,59

Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	100	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00
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	108,64
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	
8,20	8,40	36,20	244,00	2/66 (MP 2.4.0162-19. 2.4.)	Каша жидкая геркулесовая с маслом без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	108,64
7,23	12,83	34,92	275,69	2/75 (MP 2.4.0162-19 № 2.4.)	Каша вязкая геркулесовая на воде с растительным маслом	200	
0,18	0,11	10,01	40,60	12*2	Соус из малины	35	
0,18	0,04	13,75	53,14	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	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
14,01	6,21	12,07	117,68	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	162,95
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57 (2004 № 139)	Суп картофельный с бобовыми	250	
15,55	18,70	44,29	408,60	9/17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
14,01	6,21	12,07	117,68	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	162,95
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57 (2004 № 139)	Суп картофельный с бобовыми	250	
15,55	18,70	44,29	408,60	9/17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							
Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	100	42,00
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
<i>Итого за Комплекс</i>							46,38
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)							
14,01	6,21	12,07	117,68	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	21,73
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,37	9,05	30,79	274,12	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	87,64
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
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>							162,95

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.