

Согласовано			ООО "Комфорт"			Согласовано		
ООО "Комфорт"			МАОУ Лицей № 109			Директор МАОУ лицей № 109		
Поматилов С. С.			Меню на 15 января 2024 года			Кудимова Ю.А.		
Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб	
Белки	Жиры	Углеводы						
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена								
0,57	2,61	2,25	36,00	7*10	Кукуруза консервированная	30	4,09	
15,60	18,70	42,00	402,00	9*60	Птица тушеная в соусе с овощами	250	112,89	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70	
<i>Итого за Комплекс</i>								128,56
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена								
1,30	0,10	6,90	35,00	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоком, морковью и раст. маслом	100	24,57	
5,42	11,25	10,00	163,33	6*2	Борщ с морской капустой	250	42,00	
15,60	18,70	42,00	402,00	9*60	Птица тушеная в соусе с овощами	250	112,89	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38	
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	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	43,28	
11,30	12,20	47,50	345,00	2*60	Каша жидкая пшенная с маслом	250	45,50	
0,24	0,12	10,32	42,40	12*1	Соус из черники	40	20,84	
1,40	1,10	16,60	79,00	11*59	Кофейный напиток	200	15,34	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60	
Обед								
1,30	0,10	6,90	35,00	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоком, морковью и раст. маслом	100	24,57	
5,42	11,25	10,00	163,33	6*2	Борщ с морской капустой	250	42,00	
15,60	18,70	42,00	402,00	9*60	Птица тушеная в соусе с овощами	250	112,89	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38	
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	50	4,50	
<i>Итого за Комплекс</i>								321,40
Комплекс №5 5-11 классы								
0,57	2,61	2,25	36,00	7*10	Кукуруза консервированная	30	4,09	
15,60	18,70	42,00	402,00	9*60	Птица тушеная в соусе с овощами	250	112,89	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70	
<i>Итого за Комплекс</i>								128,56
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы								
3,00	14,28	22,20	225,00	13*11	Булочное изделие в ассортименте	90	42,00	
<i>Итого за Комплекс</i>								42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы								
5,42	11,25	10,00	163,33	6*2	Борщ с морской капустой	250	42,00	
<i>Итого за Комплекс</i>								42,00
Комплекс №9 5-11 Обед								
1,30	0,10	6,90	35,00	7*83	Салат из картофеля, солен.огурца и репчатого лука с растит.маслом	100	24,57	
5,42	11,25	10,00	163,33	6*2	Борщ с морской капустой	250	42,00	
15,60	18,70	42,00	402,00	9*60	Птица тушеная в соусе с овощами	250	112,89	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38	
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	50	4,50	
<i>Итого за Комплекс</i>								192,84
Комплекс №15 (меню свободного выбора)								
28,25	12,25	19,75	305,00	9*60	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	100	166,00	
2,80	2,00	25,00	129,20	5*2	Греча с овощами	150		
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200		
<i>Итого за Комплекс</i>								166,00

Комплекс №16 (меню свободного выбора)								
13,90	12,50	3,80	184,00	8*12	Свинина запеченная под сыром с овощами	100	166,00	
2,22	4,38	16,97	121,10	5*51	Макароны отварные с маслом	150		
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200		
<i>Итого за Комплекс</i>								166,00
Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом) завтрак								
5,02	15,15	10,34	198,73	1*55	утерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром маслом 20/15/15 г	50,00	128,56	
11,29	12,22	49,15	348,47	2/75 (MP 2.4.0162-19 2.4)	Каша пшеничная молочная жидкая без сахара	250,00		
2,74	2,20	4,89	49,72	11/59 (2004 № 692)	Кофейный напиток без сахара	200,00		
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Хлеб ржаной	40,00		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Батон пшеничный	20,00		
<i>Итого за Комплекс</i>								128,56
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом) обед								
1,67	6,01	9,69	95,93	7/75-1	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом без сахара	100,00	192,84	
5,31	10,73	16,16	176,44	6/3	Борщ с морской капустой без сахара	250,00		
28,30	15,00	56,00	466,00	9/60	Птица тушенная в соусе с овощами	250,00		
0,18	0,04	13,75	53,14	11/74	Чай "Каркаде" без сахара	200,00		
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб вит. пшеничный	50,00		
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб вит. ржаной	50,00		
<i>Итого за Комплекс</i>								192,84
					<i>Заведующий производством</i>	<i>Сажаяева А.А.</i>		
Согласовано		ООО "Комфорт"				Согласовано		
ООО "Комфорт"		МАОУ Лицей № 109				Директор МАОУ лицей № 109		
Поматиллов С. С.		Меню на 15 января 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								
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85	
10,40	11,22	43,70	317,40	2*60	Каша жидкая пшеничная с маслом	230	40,02	
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Кофейный напиток	200	15,34	
0,21	0,11	9,03	37,10	12*1	Соус из черники	30	15,63	
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								
1,30	0,10	6,90	35,00	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и раст. маслом	80	19,06	
5,42	11,25	10,00	163,33	6*2	Борщ с морской капустой	250	42,00	
15,60	18,70	42,00	402,00	9*60	Птица тушенная в соусе с овощами	200	90,31	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	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								
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85	
10,40	11,22	43,70	317,40	2*60	Каша жидкая пшеничная с маслом	230	40,02	
3,60	2,70	22,90	127,00	11*51	Кофейный напиток	200	15,34	
0,21	0,11	9,03	37,10	12*1	Соус из черники	30	15,63	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80	
Обед								
1,30	0,10	6,90	35,00	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и раст. маслом	80	19,06	
5,42	11,25	10,00	163,33	6*2	Борщ с морской капустой	250	42,00	
15,60	18,70	42,00	402,00	9*60	Птица тушенная в соусе с овощами	200	90,31	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	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 №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1*11	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	
6,85	6,45	34,64	219,20	2/68 (MP 2.4.0162-19 2.4.)	Каша жидкая пшенная с маслом без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 11.8)	Кофейный напиток без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	108,64
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,30	10,80	8,20	135,20	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	
17,37	9,05	30,79	274,12	8*59	Каша вязкая пшенная на воде с растительным маслом	200	
0,24	0,12	10,32	42,40	12*1	Соус из черники	40	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	108,64
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
1,30	0,10	6,90	35,00	7*75	Салат из белокчанной капусты с яблоками, морковью и раст. маслом	80	
5,42	11,25	10,00	163,33	6*2	Борщ с морской капустой	250	
15,60	18,70	42,00	402,00	9*60	Птица тушеная в соусе с овощами	200	
0,08	0,02	11,00	51,00	11/75 (2018 27/10)	Чай "Каркаде" без сахара	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	162,95
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,30	0,10	6,90	35,00	7*75	Салат из белокчанной капусты с яблоками, морковью и раст. маслом	80	
5,42	11,25	10,00	163,33	6*2	Борщ с морской капустой	250	
15,60	18,70	42,00	402,00	9*60	Птица тушеная в соусе с овощами	200	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	162,95
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)							
5,76	5,44	33,12	210,40	13*15	Булочка домашняя	90	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)							
1,30	0,10	6,90	35,00	7*75	Салат из белокчанной капусты с яблоками, морковью и раст. маслом	80	19,06
5,42	11,25	10,00	163,33	6*2	Борщ с морской капустой	250	42,00
15,60	18,70	42,00	402,00	9*60	Птица тушеная в соусе с овощами	200	90,31
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	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
<i>Заведующий производством</i>							<i>Давтян Н. Г.</i>

