

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Директор МАОУ лицей № 109

Поматиллов С. С.

Меню на 17 февраля 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 | | | | | | | |
| 3,84 | 10,10 | 9,77 | 145,38 | 1*57 | Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10 | 40 | 29,99 |
| 8,20 | 8,40 | 36,20 | 244,10 | 2*71 | Каша молочная Дружба (греча, рис) | 210 | 28,24 |
| 0,20 | 0,12 | 11,44 | 46,40 | 12*2 | Соус из малины | 40 | 23,54 |
| 3,60 | 2,70 | 22,90 | 127,00 | 11*51 | Какао с молоком | 200 | 24,16 |
| 1,98 | 0,36 | 10,02 | 57,90 | - | Хлеб вит. ржаной | 30 | 2,71 |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 108,64 |
| Комплекс №1 1-4 классы 2 смена | | | | | | | |
| 1,28 | 4,00 | 6,16 | 69,60 | 7*22 | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым | 80 | 24,82 |
| 3,80 | 1,93 | 7,80 | 64,00 | 6*1 | Уха из минтая | 200 | 30,07 |
| 11,61 | 2,52 | 7,29 | 99,90 | 8*29 | Гуляш из свинины | 100 | 76,63 |
| 0,40 | 2,35 | 36,85 | 211,14 | 5*7 | Каша рассыпчатая гречневая с овощами | 150 | 21,77 |
| 0,20 | 0,10 | 9,40 | 38,00 | 11*18 | Чай с малиной и сахаром | 200 | 6,06 |
| 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> | | | | | | | 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 | 29,99 |
| 8,20 | 8,40 | 36,20 | 244,10 | 2*71 | Каша молочная Дружба (греча, рис) | 210 | 28,24 |
| 0,20 | 0,12 | 11,44 | 46,40 | 12*2 | Соус из малины | 40 | 23,54 |
| 3,60 | 2,70 | 22,90 | 127,00 | 11*51 | Какао с молоком | 200 | 24,16 |
| 1,98 | 0,36 | 10,02 | 57,90 | - | Хлеб вит. ржаной | 30 | 2,71 |
| Обед | | | | | | | |
| 1,28 | 4,00 | 6,16 | 69,60 | 7*22 | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым | 80 | 24,82 |
| 3,80 | 1,93 | 7,80 | 64,00 | 6*1 | Уха из минтая | 200 | 30,07 |
| 11,61 | 2,52 | 7,29 | 99,90 | 8*29 | Гуляш из свинины | 100 | 76,63 |
| 0,40 | 2,35 | 36,85 | 211,14 | 5*7 | Каша рассыпчатая гречневая с овощами | 150 | 21,77 |
| 0,20 | 0,10 | 9,40 | 38,00 | 11*18 | Чай с малиной и сахаром | 200 | 6,06 |
| 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> | | | | | | | 271,59 |

| Комплекс №6 Булочка 1-11 классы | | | | | | | |
|--|-------|-------|--------|--------|--|-----|--------|
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 42,00 |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 42,00 |
| Комплекс №7 Суп 1-11 классы | | | | | | | |
| 4,75 | 2,42 | 9,75 | 80,00 | 6*1 | Уха из минтая | 250 | 42,00 |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 42,00 |
| Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом) | | | | | | | |
| 6,35 | 0,35 | 5,75 | 78,48 | 4*57 | Яйцо отварное | 50 | 108,64 |
| 4,98 | 11,60 | 10,28 | 166,36 | 1*57 | Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г | 45 | |
| 4,60 | 7,00 | 25,94 | 184,87 | 2*76 | Каша молочная Дружба (греча, рис) без сахара | 200 | |
| 4,03 | 3,19 | 6,87 | 68,88 | 11*72 | Какао с молоком без сахара | 200 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,68 | - | Хлеб вит. ржаной | 20 | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | |
| Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню) | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4*57 | Яйцо отварное | 50 | 108,64 |
| 2,88 | 10,20 | 33,51 | 237,24 | 2*77 | Каша Дружба (греча, рис) на воде и масле растительном | 200 | |
| 0,16 | 0,10 | 10,73 | 42,17 | 12*2 | Соус из малины | 35 | |
| 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,61 | 11*54 | 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 вит. ржаной | 20 | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 108,64 |
| Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом) | | | | | | | |
| 1,28 | 4,00 | 6,16 | 69,60 | 7*22 | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым | 80 | 162,95 |
| 5,31 | 10,73 | 16,16 | 176,44 | 6/1 | Уха из минтая | 200 | |
| 22,64 | 9,83 | 34,00 | 296,00 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 150 | |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/75 | Чай с малиной без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб вит. ржаной | 40 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб вит. пшеничный | 50 | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | |
| Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню) | | | | | | | |
| 1,28 | 4,00 | 6,16 | 69,60 | 7*22 | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым | 80 | 162,95 |
| 5,57 | 2,94 | 8,97 | 93,07 | 6/1-1 | Уха из минтая | 200 | |
| 13,90 | 12,52 | 22,30 | 266,91 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | |
| 7,46 | 6,20 | 38,92 | 231,42 | 5/53-1 | Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным | 150 | |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/18 | Чай с малиной и сахаром | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб вит. ржаной | 40 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб вит. пшеничный | 50 | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | |
| Комплекс №10 ГПД (булочка + чай) | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 42,00 |
| 0,20 | 0,10 | 9,40 | 38,00 | 11*18 | Чай с малиной и сахаром | 200 | 6,06 |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 48,06 |
| Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы) | | | | | | | |
| 1,28 | 4,00 | 6,16 | 69,60 | 7*22 | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым | 80 | 24,82 |
| 3,80 | 1,93 | 7,80 | 64,00 | 6*1 | Уха из минтая | 200 | 25,57 |
| 11,61 | 2,52 | 7,29 | 99,90 | 8*29 | Гуляш из свинины | 100 | 76,63 |
| 0,40 | 2,35 | 36,85 | 211,14 | 5*7 | Каша рассыпчатая гречневая с овощами | 150 | 21,77 |
| 0,20 | 0,10 | 9,40 | 38,00 | 11*18 | Чай с малиной и сахаром | 200 | 6,06 |
| 2,64 | 0,24 | 18,72 | 89,60 | - | Хлеб вит. пшеничный | 40 | 3,60 |
| 3,30 | 0,60 | 16,70 | 96,50 | - | Хлеб вит. ржаной | 50 | 4,50 |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 162,95 |

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.