

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 10 марта 2025 года*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Кудимова Ю.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,24	0,03	0,74	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	20	16,29
22,60	9,80	15,80	244,00	8/81	Греча по-царски с мясом и овощами со свиной	250	99,93
0,20	0,00	13,70	53,00	11/56	Чай с сахаром	200	3,34
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
Итого за Комплекс							128,56
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
14,10	21,10	6,00	285,00	7/22	Салат из картофеля с соевым огурцом и луком репчатым	100	38,57
5,42	11,25	10,00	163,33	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
22,60	9,80	15,80	244,00	8/81	Греча по-царски с мясом и овощами со свиной	250	99,93
0,20	0,00	13,70	53,00	11/56	Чай с сахаром	200	3,34
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
Итого за Комплекс							192,84

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	15,08	9,97	195,90	1*55	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/15	50	40,91
7,29	9,47	37,47	262,16	2*61	Каша жидкая молочная рисовая с маслом	250	42,23
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	17,66
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	40	3,60
Обед							
0,17	0,10	20,97	26,00	7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	100	38,57
5,42	11,25	10,00	163,33	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
22,60	9,80	15,80	244,00	8/81	Греча по-царски с мясом и овощами со свиной	250	99,93
0,20	0,00	13,70	53,00	11/56	Чай с сахаром	200	3,34
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
Итого за Комплекс							321,40
Комплекс №5 5-11 классы							
0,24	0,03	0,74	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	20	16,29
22,60	9,80	15,80	244,00	8/81	Греча по-царски с мясом и овощами со свиной	250	99,93
0,20	0,00	13,70	53,00	11/56	Чай с сахаром	200	3,34
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
Итого за Комплекс							128,56
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*11	Булочное изделие в асс.	80	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
5,42	11,25	10,00	163,33	6*73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
0,50	0,30	28,60	327,30	7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	100	38,57
5,42	11,25	10,00	163,33	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
22,60	9,80	15,80	244,00	8/81	Греча по-царски с мясом и овощами со свиной	250	99,93
0,20	0,00	13,70	53,00	11/56	Чай с сахаром	200	3,34
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
Итого за Комплекс							192,84
Комплекс №11 (свободный выбор)							
28,25	12,25	19,75	305,00	9*60	Филе куриное с помидором под сыром	100	166,00
3,50	2,70	22,40	131,00	5*54	Макаронные изделия отварные	150	
0,20	0,00	13,70	53,00	11/56	Чай с сахаром	200	
Итого за Комплекс							166,00
Комплекс №12 (свободный выбор)							
28,25	12,25	19,75	305,00	9*60	Шашлык из свинины в томатном соусе	100	166,00
2,20	2,80	14,10	92,00	5*58	Рис с овощами	150	
0,20	0,00	13,70	53,00	11/56	Чай с сахаром	200	
Итого за Комплекс							166,00
Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	128,56
4,60	7,00	25,94	184,87	2/76	Каша жидкая рисовая с маслом без сахара	250	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	20	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
Итого за Комплекс							128,56
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	100	192,84
5,44	11,25	12,32	168,07	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	
29,86	15,50	59,24	489,40	8/81	Греча по-Царски с мясом и овощами (свинина б/к)	250	
0,08	0,02	0,06	0,64	11/75 (2018 № 27/10)	Чай без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб вит. ржаной	50	192,84
Итого за Комплекс							192,84

Согласовано
Директор ООО "Комфорт"
Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"
МАОУ СОШ № 109
Меню на 10 марта 2025 года*

Согласовано
Директор МАОУ лицей № 109
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	29,42
7,29	9,47	37,47	262,16	2*61	Каша жидкая молочная рисовая с маслом	210	33,80
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	17,66
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
Итого за Комплекс							108,64
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,60	6,00	8,40	72,00	7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	80	31,16
5,42	11,25	10,00	163,33	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
22,60	9,80	15,80	244,00	8/81	Греча по-царски с мясом и овощами со свининой	200	78,35
0,20	0,00	13,70	53,00	11/56	Чай с сахаром	200	3,34
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
Итого за Комплекс							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	29,42
7,29	9,47	37,47	262,16	2*61	Каша жидкая молочная рисовая с маслом	210	33,80
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	17,66
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							
19,10	3,10	8,30	126,00	7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	80	31,16
5,42	11,25	10,00	163,33	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
22,60	9,80	15,80	244,00	8/81	Греча по-царски с мясом и овощами со свининой	200	78,35
0,20	0,00	13,70	53,00	11/56	Чай с сахаром	200	3,34
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
Итого за Комплекс							271,59

Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*11	Булочное изделие в асс.	80	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
5,42	11,25	10,00	163,33	6*73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	108,64
4,60	7,00	25,94	184,87	2/76	Каша жидкая рисовая с маслом без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	20	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
2,88	10,20	33,51	237,24	2/77 (МР 2.4.0162-19 № 54-33к-2020)	Каша вязкая рисовая на воде с растительным маслом	200	108,64
0,14	0,09	9,20	36,14	12/2	Соус из малины	30	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
3,08	1,20	21,32	107,81	-	Батон пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
0,70	4,81	3,21	57,72	7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	80	162,95
5,31	10,73	16,16	176,44	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	
22,64	9,83	34,00	296,00	8/81	Греча по-царски с мясом и овощами со свиной	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб вит. ржаной	50	
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
0,70	4,81	3,21	57,72	7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	80	162,95
5,31	10,73	16,16	176,44	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем	250	
22,64	9,83	34,00	296,00	8/81	Греча по-царски с мясом и овощами со свиной	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб вит. ржаной	50	
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*11	Булочное изделие в асс.	80	42,00
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	3,34
<i>Итого за Комплекс</i>							45,34
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)							
6,87	7,51	47,75	45,00	7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	80	31,16
5,42	11,25	10,00	163,33	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
22,60	9,80	15,80	244,00	8/81	Греча по-царски с мясом и овощами со свиной	200	78,35
0,20	0,00	13,70	53,00	11/56	Чай с сахаром	200	3,34
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.