

Согласовано
Директор ООО "Комфорт"
Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"
МАОУ СОШ № 109
Меню на 12 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							
0,57	2,61	2,25	36,00	7*10	Кукуруза консервированная	30	4,09
15,60	18,70	42,00	402,00	10*5	Птица тушенная 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	30	2,70
Итого за Комплекс							128,56
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
1,30	0,10	6,90	35,00	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и раст. маслом	100	24,57
5,33	10,75	13,58	171,67	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	250	112,89
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
Итого за Комплекс							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 пшенинная с маслом	250	45,50
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	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 яблоками, морковью и раст. маслом	100	24,57
5,33	10,75	13,58	171,67	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	250	112,89
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
Итого за Комплекс							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	10*5	Птица тушенная 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	30	2,70
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.	90	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
1,30	0,10	6,90	35,00	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и раст. маслом	100	24,57
5,33	10,75	13,58	171,67	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	250	112,89
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
Итого за Комплекс							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	9*60	Греча с овощами	150	
				11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
Итого за Комплекс							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 "Каркаде" с сахаром	200	
Итого за Комплекс							166,00
Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
5,02	15,15	10,34	198,73	1/55	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/15 г	50	128,56
11,29	12,22	49,15	348,47	2/75 (MP 2.4,0162-19 2.4)	Каша пшенинная молочная жидкая без сахара	250	
2,74	2,20	4,89	49,72	11/59 (2004 № 692)	Кофейный напиток без сахара	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Хлеб ржаной	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Батон пшеничный	20	
Итого за Комплекс							128,56
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
1,67	6,01	9,69	95,93	7/75-1	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом без сахара	100	
5,31	10,73	16,16	176,44	6/3	Борщ с морской капустой без сахара	250	
28,30	15,00	56,00	466,00	9/60	Птица тушенная в соусе с овощами	250	

0,18	0,04	13,75	53,14	11/74	Чай "Каркаде" 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

Заведующий производством _____ Сажаева А.А.

Согласовано
Директор ООО "Комфорт"
Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"
МАОУ СОШ № 109
Меню на 12 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	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2*60	Каша жидкая пшенинная с маслом	230	40,02
3,60	2,70	22,90	127,00	11*59	Кофейный напиток	200	15,34
0,21	0,11	9,03	37,10	12*1	Соус из малины	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							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
5,33	10,75	13,58	171,67	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*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
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	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2*60	Каша жидкая пшенинная с маслом	230	40,02
3,60	2,70	22,90	127,00	11*59	Кофейный напиток	200	15,34
0,21	0,11	9,03	37,10	12*1	Соус из малины	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
5,33	10,75	13,58	171,67	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*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
Итого за Комплекс							271,59

Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
4,98	11,6	10,28	166,36	1*11	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	108,64
6,85	6,45	34,64	219,20	2/68 (MP 2.4.0162-19 2.4.)	Каша жидкая пшеничная 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	
Итого за Комплекс							108,64
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,30	10,80	8,20	135,20	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	108,64
17,37	9,05	30,79	274,12	8*59	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
Итого за Комплекс							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 белокочанной капусты с яблоками, морковью и раст. маслом	80	162,95
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
Итого за Комплекс							162,95
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,30	0,10	6,90	35,00	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и раст. маслом	80	162,95
5,33	10,75	13,58	171,67	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*56	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
Итого за Комплекс							162,95
Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)							
5,76	5,44	33,12	210,40	13*15	Булочное изделие в асс.	90	42,00
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
Итого за Комплекс							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 белокочанной капусты с яблоками, морковью и раст. маслом	80	19,06
5,33	10,75	13,58	171,67	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*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
Итого за Комплекс							162,95

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.