

Согласовано  
Директор ООО "Комфорт"  
Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"  
МАОУ СОШ № 109  
Меню на 19 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 |       |          |        |       |                                                     |          |           |
| 0,33                            | 0,06  | 1,11     | 6,90   | 7*15  | Закуска из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом | 30       | 9,64      |
| 17,37                           | 9,05  | 30,79    | 274,12 | 8*35  | Жаркое по-домашнему со свининой                     | 250      | 106,56    |
| 0,20                            | 0,10  | 13,90    | 55,00  | 11*54 | Чай лимонный                                        | 200      | 6,06      |
| 2,64                            | 0,24  | 18,72    | 89,60  | -     | Хлеб вит. пшеничный                                 | 40       | 3,60      |
| 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                            | 3,00  | 17,50    | 100,00 | 7*19  | Салат из моркови, сахара и изюма                    | 100      | 29,22     |
| 5,58                            | 12,08 | 15,67    | 200,00 | 6*70  | Рассольник Ленинградский со сметаной                | 250      | 42,00     |
| 17,37                           | 9,05  | 30,79    | 274,12 | 8*35  | Жаркое по-домашнему со свининой                     | 250      | 106,56    |
| 0,20                            | 0,10  | 13,90    | 55,00  | 11*54 | Чай лимонный                                        | 200      | 6,06      |
| 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  | 47,05  |
| 7,50                                                         | 6,63  | 38,38 | 243,75 | 2*57                                | Каша ячневая молочная с маслом                                               | 250 | 45,10  |
| 0,20                                                         | 0,12  | 11,44 | 46,40  | 12*2                                | Соус из малины                                                               | 40  | 15,22  |
| 1,40                                                         | 1,10  | 16,60 | 79,00  | 11*59                               | Кофейный напиток                                                             | 200 | 17,59  |
| 2,64                                                         | 0,48  | 13,36 | 77,20  | -                                   | Хлеб вит. ржаной                                                             | 40  | 3,60   |
| Обед                                                         |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 1,30                                                         | 3,00  | 17,50 | 100,00 | 7*19                                | Салат из моркови, сахара и изюма                                             | 100 | 29,22  |
| 5,58                                                         | 12,08 | 15,67 | 200,00 | 6*70                                | Рассольник Ленинградский со сметаной                                         | 250 | 42,00  |
| 17,37                                                        | 9,05  | 30,79 | 274,12 | 8*35                                | Жаркое по-домашнему со свиной                                                | 250 | 106,56 |
| 0,20                                                         | 0,10  | 13,90 | 55,00  | 11*54                               | Чай лимонный                                                                 | 200 | 6,06   |
| 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                                      |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 0,33                                                         | 0,06  | 1,11  | 6,90   | 7*15                                | Закуска из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом                          | 30  | 9,64   |
| 17,37                                                        | 9,05  | 30,79 | 274,12 | 8*35                                | Жаркое по-домашнему со свиной                                                | 250 | 106,56 |
| 0,20                                                         | 0,10  | 13,90 | 55,00  | 11*54                               | Чай лимонный                                                                 | 200 | 6,06   |
| 2,64                                                         | 0,24  | 18,72 | 89,60  | -                                   | Хлеб вит. пшеничный                                                          | 40  | 3,60   |
| 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                              |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 9,68                                                         | 7,20  | 34,64 | 244,00 | 13*7                                | Булочное изделие в асс.                                                      | 90  | 42,00  |
| Итого за Комплекс                                            |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 42,00  |
| Комплекс №7 Суп 1-11 классы                                  |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 5,58                                                         | 12,08 | 15,67 | 200,00 | 6*70                                | Рассольник Ленинградский со сметаной                                         | 250 | 42,00  |
| Итого за Комплекс                                            |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 42,00  |
| Комплекс №9 5-11 Обед                                        |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 1,30                                                         | 3,00  | 17,50 | 100,00 | 7*19                                | Салат из моркови, сахара и изюма                                             | 100 | 29,22  |
| 5,58                                                         | 12,08 | 15,67 | 200,00 | 6*70                                | Рассольник Ленинградский со сметаной                                         | 250 | 42,00  |
| 17,37                                                        | 9,05  | 30,79 | 274,12 | 8*35                                | Жаркое по-домашнему со свиной                                                | 250 | 106,56 |
| 0,20                                                         | 0,10  | 13,90 | 55,00  | 11*54                               | Чай лимонный                                                                 | 200 | 6,06   |
| 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 №5 (свободный выбор)                                |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 28,25                                                        | 12,25 | 19,75 | 305,00 | 9*60                                | Шницель из курицы                                                            | 100 | 166,00 |
| 2,52                                                         | 2,65  | 7,53  | 69,50  | 5*57                                | Греча с овощами                                                              | 150 |        |
| 0,20                                                         | 0,10  | 13,90 | 55,00  | 11*54                               | Чай лимонный                                                                 | 200 |        |
| Итого за Комплекс                                            |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 166,00 |
| Комплекс №6 (свободный выбор)                                |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 13,70                                                        | 25,40 | 35,80 | 430,00 | 8*27                                | Мясо по-французски с картофелем (свинина)                                    | 250 | 166,00 |
| 0,20                                                         | 0,10  | 13,90 | 55,00  | 11*54                               | Чай лимонный                                                                 | 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 |
| 6,35                                                         | 5,75  | 0,35  | 78,48  | 4/57                                | Яйцо отварное                                                                | 50  |        |
| 7,78                                                         | 7,33  | 39,36 | 249,09 | 2/68 (MP 2.4.0162-19 2.4.)          | Каша ячневая молочная с маслом без сахара                                    | 250 |        |
| 2,74                                                         | 2,20  | 4,89  | 49,72  | 11/59                               | Кофейный напиток без сахара                                                  | 200 |        |
| 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) |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 1,34                                                         | 3,03  | 19,97 | 104,92 | 7/40                                | Салат из моркови, изюма, с растительным маслом без сахара                    | 100 | 192,84 |
| 5,55                                                         | 12,08 | 17,95 | 199,79 | 6/70                                | Рассольник Ленинградский со сметаной                                         | 250 |        |
| 27,50                                                        | 32,89 | 88,00 | 533,84 | 8/35                                | Жаркое по домашнему со свиной                                                | 250 |        |
| 0,26                                                         | 0,06  | 0,48  | 55,61  | 11/66 (MP 2.4.0162-19 2.4 № 11.10а) | Чай с лимоном 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  |        |
| Итого за Комплекс                                            |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 192,84 |

Согласовано  
Директор ООО "Комфорт"  
Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"  
МАОУ СОШ № 109  
Меню на 19 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       | 39,55     |
| 6,00                                       | 5,30  | 30,70    | 195,00 | 2*57  | Каша ячневая молочная с маслом       | 200      | 34,48     |
| 0,20                                       | 0,12  | 11,44    | 46,40  | 12*2  | Соус из малины                       | 40       | 15,22     |
| 1,40                                       | 1,10  | 16,60    | 79,00  | 11*59 | Кофейный напиток                     | 200      | 17,59     |
| 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             |       |          |        |       |                                      |          |           |
| 1,04                                       | 2,40  | 14,00    | 80,00  | 7*19  | Салат из моркови, сахара и изюма     | 80       | 23,37     |
| 5,58                                       | 12,08 | 15,67    | 200,00 | 6*70  | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250      | 42,00     |
| 17,37                                      | 9,05  | 30,79    | 274,12 | 8*35  | Жаркое по-домашнему со свиной        | 200      | 87,09     |
| 0,20                                       | 0,10  | 13,90    | 55,00  | 11*54 | Чай лимонный                         | 200      | 6,06      |
| 1,65                                       | 0,15  | 11,70    | 56,00  | -     | Хлеб вит. пшеничный                  | 25       | 2,25      |
| 1,52                                       | 0,28  | 7,68     | 44,39  | -     | Хлеб вит. ржаной                     | 23       | 2,18      |
|                                            |       |          |        |       |                                      |          |           |
| 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       | 39,55     |
| 6,00                                       | 5,30  | 30,70    | 195,00 | 2*57  | Каша ячневая молочная с маслом       | 200      | 34,48     |
| 0,20                                       | 0,12  | 11,44    | 46,40  | 12*2  | Соус из малины                       | 40       | 15,22     |
| 1,40                                       | 1,10  | 16,60    | 79,00  | 11*59 | Кофейный напиток                     | 200      | 17,59     |
| 1,32                                       | 0,24  | 6,68     | 38,60  | -     | Хлеб вит. ржаной                     | 20       | 1,80      |
| Обед                                       |       |          |        |       |                                      |          |           |
| 1,04                                       | 2,40  | 14,00    | 80,00  | 7*19  | Салат из моркови, сахара и изюма     | 80       | 23,37     |
| 5,58                                       | 12,08 | 15,67    | 200,00 | 6*70  | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250      | 42,00     |
| 17,37                                      | 9,05  | 30,79    | 274,12 | 8*35  | Жаркое по-домашнему со свиной        | 200      | 87,09     |
| 0,20                                       | 0,10  | 13,90    | 55,00  | 11*54 | Чай лимонный                         | 200      | 6,06      |
| 1,65                                       | 0,15  | 11,70    | 56,00  | -     | Хлеб вит. пшеничный                  | 25       | 2,25      |
| 1,52                                       | 0,28  | 7,68     | 44,39  | -     | Хлеб вит. ржаной                     | 23       | 2,18      |
|                                            |       |          |        |       |                                      |          |           |
| Итого за Комплекс                          |       |          |        |       |                                      |          | 271,59    |

|                                                                      |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
|----------------------------------------------------------------------|-------|-------|--------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| <b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>                               |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 9,68                                                                 | 7,20  | 34,64 | 244,00 | 13*7                                | Булочное изделие в асс.                                                      | 90  | 35,00  |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 35,00  |
| <b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>                                   |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 5,58                                                                 | 12,08 | 15,67 | 200,00 | 6*70                                | Рассольник Ленинградский со сметаной                                         | 250 | 42,00  |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 42,00  |
| <b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>   |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 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 |
| 6,85                                                                 | 6,45  | 34,64 | 219,20 | 2/68 (MP 2.4.0162-19 2.4.1)         | Каша ячневая молочная с маслом без сахара                                    | 220 |        |
| 2,74                                                                 | 2,20  | 4,89  | 49,72  | 11/59 (2004 № 692)                  | Кофейный напиток без сахара                                                  | 200 |        |
| 2,64                                                                 | 0,48  | 16,68 | 77,35  | -                                   | Хлеб ржаной витаминизированный                                               | 40  |        |
|                                                                      |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 108,64 |
| <b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>                     |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 6,35                                                                 | 5,75  | 0,35  | 78,48  | 4/57 (2018 № 1/6)                   | Яйцо отварное 1 шт.                                                          | 50  | 108,64 |
| 4,06                                                                 | 4,04  | 31,30 | 171,85 | 2/78 (2018 № 15/4)                  | Каша ячневая безмолочная с маслом растит и отрубями                          | 200 |        |
| 0,23                                                                 | 0,13  | 10,96 | 43,57  | 12*2                                | Соус из малины                                                               | 40  |        |
| 0,18                                                                 | 0,04  | 13,75 | 53,14  | 11*17                               | Чай "Каркаде" с сахаром                                                      | 200 |        |
| 3,08                                                                 | 1,2   | 21,32 | 107,81 | -                                   | Батон пшеничный                                                              | 40  |        |
| 1,32                                                                 | 0,24  | 8,34  | 38,68  | -                                   | Хлеб вит. ржаной                                                             | 20  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 108,64 |
| <b>Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>   |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 1,07                                                                 | 2,42  | 15,97 | 83,94  | 7/40                                | Салат из моркови, без сахара с изюмом                                        | 80  | 162,95 |
| 5,55                                                                 | 12,08 | 17,95 | 199,79 | 6/70                                | Рассольник Ленинградский со сметаной                                         | 250 |        |
| 14,58                                                                | 26,31 | 70,38 | 427,07 | 8/35                                | Жаркое по домашнему со свининой                                              | 200 |        |
| 0,26                                                                 | 0,06  | 0,48  | 55,61  | 11/66 (MP 2.4.0162-19 2.4 № 11.10a) | Чай с лимоном 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>                                             |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 162,95 |
| <b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>                     |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 1,07                                                                 | 2,42  | 15,97 | 83,94  | 7/19                                | Салат из моркови, сахара и изюма, с растительным маслом                      | 80  | 162,95 |
| 5,31                                                                 | 10,73 | 16,16 | 176,44 | 6/70-1 (2004 № 132)                 | Рассольник Ленинградский                                                     | 250 |        |
| 14,58                                                                | 26,31 | 70,38 | 427,07 | 8/35                                | Жаркое по домашнему со свининой                                              | 200 |        |
| 0,24                                                                 | 0,05  | 14,07 | 55,61  | 11/54                               | Чай лимонный                                                                 | 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>                                             |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 162,95 |
| <b>Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)</b>                              |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 9,68                                                                 | 7,20  | 34,64 | 244,00 | 13*7                                | Булочное изделие в асс.                                                      | 90  | 42,00  |
| 0,20                                                                 | 0,10  | 13,90 | 55,00  | 11*54                               | Чай лимонный                                                                 | 200 | 6,06   |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 48,06  |
| <b>Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)</b> |       |       |        |                                     |                                                                              |     |        |
| 1,04                                                                 | 2,40  | 14,00 | 80,00  | 7*19                                | Салат из моркови, сахара и изюма                                             | 80  | 23,37  |
| 5,58                                                                 | 12,08 | 15,67 | 200,00 | 6*70                                | Рассольник Ленинградский со сметаной                                         | 250 | 42,00  |
| 17,37                                                                | 9,05  | 30,79 | 274,12 | 8*35                                | Жаркое по-домашнему со свининой                                              | 200 | 87,09  |
| 0,20                                                                 | 0,10  | 13,90 | 55,00  | 11*54                               | Чай лимонный                                                                 | 200 | 6,06   |
| 1,65                                                                 | 0,15  | 11,70 | 56,00  | -                                   | Хлеб вит. пшеничный                                                          | 25  | 2,25   |
| 1,52                                                                 | 0,28  | 7,68  | 44,39  | -                                   | Хлеб вит. ржаной                                                             | 23  | 2,18   |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                                     |                                                                              |     | 162,95 |

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Давтян Н. Г.