

Согласовано  
Директор ООО "Комфорт"  
Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"  
МАОУ СОШ № 109  
Меню на 29 апреля 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 |       |          |        |       |                                                        |          |           |
| 20,90                           | 3,60  | 6,60     | 114,00 | 7*52  | Горошек консервированный                               | 30       | 15,54     |
| 17,40                           | 31,68 | 27,50    | 354,20 | 8*31  | Свинина тушенная в соусе                               | 100      | 62,16     |
| 9,00                            | 7,38  | 39,06    | 262,80 | 5*54  | Макаронные изделия отварные                            | 180      | 34,34     |
| 0,10                            | 7,38  | 39,06    | 262,80 | 11*1  | Напиток ассорти из красных ягод                        | 200      | 9,32      |
| 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 |       |          |        |       |                                                        |          |           |
| 0,84                            | 3,00  | 1,56     | 39,00  | 7*34  | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 100      | 21,39     |
| 5,42                            | 11,25 | 10,00    | 163,33 | 6*73  | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной           | 250      | 42,00     |
| 17,40                           | 31,68 | 27,50    | 354,20 | 8*31  | Свинина тушенная в соусе                               | 120      | 78,57     |
| 9,00                            | 7,38  | 39,06    | 262,80 | 5*54  | Макаронные изделия отварные                            | 180      | 34,34     |
| 0,10                            | 7,38  | 39,06    | 262,80 | 11*1  | Напиток ассорти из красных ягод                        | 200      | 9,32      |
| 2,64                            | 0,24  | 18,72    | 89,60  | -     | Хлеб вит. пшеничный                                    | 40       | 3,61      |
| 2,64                            | 0,48  | 13,36    | 77,20  | -     | Хлеб вит. ржаной                                       | 40       | 3,61      |
| Итого за Комплекс               |       |          |        |       |                                                        |          | 192,84    |

|                                                                     |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
|---------------------------------------------------------------------|-------|-------|--------|----------------------|--------------------------------------------------------|-----|--------|
| <b>Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы</b>                  |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| <b>Завтрак</b>                                                      |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| 3,76                                                                | 3,05  | 9,64  | 81,06  | 1/1                  | Бутерброд с сыром 20/10                                | 30  | 19,65  |
| 18,40                                                               | 27,00 | 4,80  | 335,00 | 4/56                 | Омлет натуральный с маслом сливочным                   | 200 | 78,08  |
| 0,20                                                                | 0,00  | 13,70 | 53,00  | 11/56                | Чай с сахаром                                          | 200 | 3,34   |
| 1,32                                                                | 0,24  | 6,68  | 38,60  | -                    | Хлеб вит. ржаной                                       | 20  | 1,80   |
| 0,52                                                                | 0,26  | 12,74 | 55,38  | -                    | Яблоко                                                 | 130 | 25,69  |
| <b>Обед</b>                                                         |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| 0,84                                                                | 3,00  | 1,56  | 39,00  | 7/34                 | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 100 | 21,39  |
| 5,42                                                                | 11,25 | 10,00 | 163,33 | 6/73                 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной           | 250 | 42,00  |
| 17,40                                                               | 31,68 | 27,50 | 354,20 | 8\31                 | Свинина тушенная в соусе                               | 120 | 78,57  |
| 9,00                                                                | 7,38  | 39,06 | 262,80 | 5/54                 | Макаронные изделия отварные                            | 180 | 34,34  |
| 0,10                                                                | 7,38  | 39,06 | 262,80 | 11/1                 | Напиток ассорти из красных ягод                        | 200 | 9,32   |
| 2,64                                                                | 0,24  | 18,72 | 89,60  | -                    | Хлеб вит. пшеничный                                    | 40  | 3,61   |
| 2,64                                                                | 0,48  | 13,36 | 77,20  | -                    | Хлеб вит. ржаной                                       | 40  | 3,61   |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                      |                                                        |     | 321,40 |
| <b>Комплекс №5 5-11 классы</b>                                      |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| 20,90                                                               | 3,60  | 6,60  | 114,00 | 7*52                 | Горошек консервированный                               | 30  | 15,54  |
| 17,40                                                               | 31,68 | 27,50 | 354,20 | 8*31                 | Свинина тушенная в соусе                               | 100 | 62,16  |
| 9,00                                                                | 7,38  | 39,06 | 262,80 | 5*54                 | Макаронные изделия отварные                            | 180 | 34,34  |
| 0,10                                                                | 7,38  | 39,06 | 262,80 | 11*1                 | Напиток ассорти из красных ягод                        | 200 | 9,32   |
| 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   |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                      |                                                        |     | 128,56 |
| <b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>                              |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| 3,30                                                                | 11,94 | 32,64 | 246,60 | 13*17                | Булочное изделие в асс.                                | 90  | 42,00  |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                      |                                                        |     | 42,00  |
| <b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>                                  |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| 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  |
| <b>Комплекс №9 5-11 Обед</b>                                        |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| 0,84                                                                | 3,00  | 1,56  | 39,00  | 7*34                 | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 100 | 21,39  |
| 5,42                                                                | 11,25 | 10,00 | 163,33 | 6*73                 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной           | 250 | 42,00  |
| 17,40                                                               | 31,68 | 27,50 | 354,20 | 8*31                 | Свинина тушенная в соусе                               | 120 | 78,57  |
| 9,00                                                                | 7,38  | 39,06 | 262,80 | 5*54                 | Макаронные изделия отварные                            | 180 | 34,34  |
| 0,10                                                                | 7,38  | 39,06 | 262,80 | 11*1                 | Напиток ассорти из красных ягод                        | 200 | 9,32   |
| 2,64                                                                | 0,24  | 18,72 | 89,60  | -                    | Хлеб вит. пшеничный                                    | 40  | 3,61   |
| 2,64                                                                | 0,48  | 13,36 | 77,20  | -                    | Хлеб вит. ржаной                                       | 40  | 3,61   |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                      |                                                        |     | 192,84 |
| <b>Комплекс №3 (свободный выбор)</b>                                |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| 22,30                                                               | 10,33 | 19,27 | 146,55 | 7*85                 | Биточек куриный                                        | 100 | 166,00 |
| 2,20                                                                | 2,80  | 14,10 | 92,00  | 5*58                 | Пюре картофельное                                      | 150 |        |
| 0,10                                                                | 7,38  | 39,06 | 262,80 | 11*1                 | Напиток ассорти из красных ягод                        | 200 |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                      |                                                        |     | 166,00 |
| <b>Комплекс №4 (свободный выбор)</b>                                |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| 12,24                                                               | 55,42 | 23,40 | 146,87 | 17*1                 | Плов со свининой и куркумой                            | 250 | 166,00 |
| 0,10                                                                | 7,38  | 39,06 | 262,80 | 11*1                 | Напиток ассорти из красных ягод                        | 200 |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                      |                                                        |     | 166,00 |
| <b>Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b> |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| 4,98                                                                | 11,60 | 10,28 | 166,36 | 1/51                 | Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10                    | 45  | 128,56 |
| 0,52                                                                | 0,52  | 15,08 | 63,28  | -                    | Яблоко                                                 | 130 |        |
| 18,39                                                               | 26,98 | 4,76  | 334,71 | 4/56                 | Омлет натуральный с маслом сливочным                   | 200 |        |
| 0,08                                                                | 0,02  | 0,06  | 0,64   | 11/75 (2018 № 27/10) | Чай без сахара                                         | 200 |        |
| 2,64                                                                | 0,48  | 16,68 | 77,35  | -                    | Хлеб ржаной                                            | 40  | 128,56 |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                      |                                                        |     | 128,56 |
| <b>Комплекс №2 5-11классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>  |       |       |        |                      |                                                        |     |        |
| 2,60                                                                | 7,26  | 8,54  | 105,10 | 7/34                 | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 100 | 192,84 |
| 5,44                                                                | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73                 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной           | 250 |        |
| 17,40                                                               | 31,68 | 60,00 | 354,20 | 8\31                 | Свинина тушенная в соусе                               | 120 |        |
| 6,73                                                                | 7,29  | 42,44 | 261,71 | 5/54                 | Макаронные изделия отварные                            | 180 |        |
| 0,14                                                                | 0,10  | 11,00 | 83,96  | 11/73                | Отвар из смеси красных ягод 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  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                      |                                                        |     | 192,84 |

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Сажаева А.А.

Согласовано  
Директор ООО "Комфорт"  
Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"  
МАОУ СОШ № 109  
Меню на 29 апреля 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             |       |          |        |       |                                                        |          |           |
| 3,76                                       | 3,05  | 9,64     | 81,06  | 1*1   | Бутерброд с сыром 20/10                                | 30       | 19,65     |
| 13,80                                      | 20,25 | 3,60     | 251,25 | 4*56  | Омлет натуральный с маслом сливочным                   | 150      | 58,16     |
| 0,20                                       | 0,00  | 13,70    | 53,00  | 11*56 | Чай с сахаром                                          | 200      | 3,34      |
| 1,32                                       | 0,24  | 6,68     | 38,60  | -     | Хлеб вит. ржаной                                       | 20       | 1,80      |
| 0,52                                       | 0,26  | 12,74    | 55,38  | -     | Яблоко                                                 | 130      | 25,69     |
| Итого за Комплекс                          |       |          |        |       |                                                        |          | 108,64    |
| Комплекс №1 1-4 классы 2 смена             |       |          |        |       |                                                        |          |           |
| 0,84                                       | 3,00  | 1,56     | 39,00  | 7*34  | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 80       | 15,44     |
| 5,42                                       | 11,25 | 10,00    | 163,33 | 6*73  | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной           | 250      | 42,00     |
| 17,40                                      | 31,68 | 27,50    | 354,20 | 8*31  | Свинина тушенная в соусе                               | 100      | 62,16     |
| 7,50                                       | 6,15  | 32,55    | 219,00 | 5*54  | Макаронные изделия отварные                            | 150      | 28,62     |
| 0,10                                       | 6,15  | 32,55    | 219,00 | 11*1  | Напиток ассорти из красных ягод                        | 200      | 9,32      |
| 2,64                                       | 0,24  | 18,72    | 89,60  | -     | Хлеб вит. пшеничный                                    | 40       | 3,61      |
| 1,32                                       | 0,24  | 6,68     | 38,60  | -     | Хлеб вит. ржаной                                       | 20       | 1,80      |
| Итого за Комплекс                          |       |          |        |       |                                                        |          | 162,95    |
| Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы |       |          |        |       |                                                        |          |           |
| Завтрак                                    |       |          |        |       |                                                        |          |           |
| 3,76                                       | 3,05  | 9,64     | 81,06  | 1*1   | Бутерброд с сыром 20/10                                | 30       | 19,65     |
| 13,80                                      | 20,25 | 3,60     | 251,25 | 4*56  | Омлет натуральный с маслом сливочным                   | 150      | 58,16     |
| 0,20                                       | 0,00  | 13,70    | 53,00  | 11*56 | Чай с сахаром                                          | 200      | 3,34      |
| 1,32                                       | 0,24  | 6,68     | 38,60  | -     | Хлеб вит. ржаной                                       | 20       | 1,80      |
| 0,52                                       | 0,26  | 12,74    | 55,38  | -     | Яблоко                                                 | 130      | 25,69     |
| Обед                                       |       |          |        |       |                                                        |          |           |
| 0,84                                       | 3,00  | 1,56     | 39,00  | 7*34  | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 80       | 15,44     |
| 5,42                                       | 11,25 | 10,00    | 163,33 | 6*73  | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной           | 250      | 42,00     |
| 17,40                                      | 31,68 | 27,50    | 354,20 | 8*31  | Свинина тушенная в соусе                               | 100      | 62,16     |
| 7,50                                       | 6,15  | 32,55    | 219,00 | 5*54  | Макаронные изделия отварные                            | 150      | 28,62     |
| 0,10                                       | 6,15  | 32,55    | 219,00 | 11*1  | Напиток ассорти из красных ягод                        | 200      | 9,32      |
| 2,64                                       | 0,24  | 18,72    | 89,60  | -     | Хлеб вит. пшеничный                                    | 40       | 3,61      |
| 1,32                                       | 0,24  | 6,68     | 38,60  | -     | Хлеб вит. ржаной                                       | 20       | 1,80      |
| Итого за Комплекс                          |       |          |        |       |                                                        |          | 271,59    |

|                                                                      |       |       |        |                      |                                                                    |     |        |
|----------------------------------------------------------------------|-------|-------|--------|----------------------|--------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| <b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>                               |       |       |        |                      |                                                                    |     |        |
| 3,30                                                                 | 11,94 | 32,64 | 246,60 | 13*17                | Булочное изделие в асс.                                            | 90  | 42,00  |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                      |                                                                    |     | 42,00  |
| <b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>                                   |       |       |        |                      |                                                                    |     |        |
| 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  |
| <b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>   |       |       |        |                      |                                                                    |     |        |
| 3,76                                                                 | 3,05  | 10,15 | 83,76  | 1*1                  | Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром 20/10 г   | 30  | 108,64 |
| 1,52                                                                 | 2,06  | 5,59  | 42,10  | 11/75 (2018 № 27/10) | Горошек зеленый                                                    | 50  |        |
| 18,39                                                                | 26,98 | 4,76  | 334,71 | 7*12                 | Омлет натуральный с маслом сливочным                               | 200 |        |
| 0,08                                                                 | 0,02  | 0,06  | 0,64   | 11*17                | Чай без сахара                                                     | 200 |        |
| 1,32                                                                 | 0,24  | 8,34  | 38,68  | -                    | Хлеб ржаной                                                        | 20  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                      |                                                                    |     | 108,64 |
| <b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>                     |       |       |        |                      |                                                                    |     |        |
| 17,96                                                                | 19,65 | 1,04  | 252,60 | 8 (2018 № 2/6)       | Омлет безмолочный запеченный или паровой                           | 200 | 108,64 |
| 0,18                                                                 | 0,04  | 13,75 | 53,14  | 11*56                | 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 ржаной                                                        | 20  |        |
| 0,60                                                                 | 0,60  | 17,40 | 73,02  | -                    | Фрукт свежий                                                       | 150 |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                      |                                                                    |     | 108,64 |
| <b>Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>   |       |       |        |                      |                                                                    |     |        |
| 0,84                                                                 | 3,00  | 1,56  | 39,00  | 7/34                 | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом             | 80  | 162,95 |
| 5,44                                                                 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73                 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной                       | 250 |        |
| 17,40                                                                | 31,68 | 27,50 | 354,20 | 8/31                 | Свинина тушенная в соусе                                           | 100 |        |
| 5,65                                                                 | 4,07  | 35,42 | 200,44 | 5/54                 | Макаронные изделия отварные                                        | 150 |        |
| 0,14                                                                 | 0,10  | 11,00 | 83,96  | 11/73                | Отвар из смеси красных ягод 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 |
| <b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>                     |       |       |        |                      |                                                                    |     |        |
| 0,59                                                                 | 4,77  | 2,58  | 54,03  | 7/34                 | Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом | 80  | 162,95 |
| 5,44                                                                 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6*73                 | Щи из свежей капусты с картофелем                                  | 250 |        |
| 17,40                                                                | 31,68 | 27,50 | 354,20 | 8/31                 | Свинина тушенная в соусе                                           | 100 |        |
| 5,65                                                                 | 4,07  | 35,42 | 200,44 | 5/8 (2004 № 516)     | Макаронные изделия отварные с маслом растительным                  | 150 |        |
| 0,14                                                                 | 0,10  | 21,64 | 83,96  | 11/1                 | Напиток ассорти из красных ягод                                    | 200 |        |
| 2,64                                                                 | 0,48  | 16,68 | 77,35  | -                    | Хлеб вит. пшеничный                                                | 40  |        |
| 1,98                                                                 | 0,36  | 12,51 | 58,01  | -                    | Хлеб вит. ржаной                                                   | 30  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                      |                                                                    |     | 162,95 |
| <b>Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)</b>                              |       |       |        |                      |                                                                    |     |        |
| 3,30                                                                 | 11,94 | 32,64 | 246,60 | 13*17                | Булочка сдобная с яблоком и корицей                                | 90  | 42,00  |
| 0,20                                                                 | 0,00  | 13,70 | 53,00  | 11*56                | Чай с сахаром                                                      | 200 | 3,34   |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                      |                                                                    |     | 45,34  |
| <b>Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)</b> |       |       |        |                      |                                                                    |     |        |
| 0,84                                                                 | 3,00  | 1,56  | 39,00  | 7*34                 | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом             | 80  | 15,44  |
| 5,42                                                                 | 11,25 | 10,00 | 163,33 | 6*73                 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной                       | 250 | 42,00  |
| 17,40                                                                | 31,68 | 27,50 | 354,20 | 8*31                 | Свинина тушенная в соусе                                           | 100 | 62,16  |
| 7,50                                                                 | 6,15  | 32,55 | 219,00 | 5*54                 | Макаронные изделия отварные                                        | 150 | 28,62  |
| 0,10                                                                 | 6,15  | 32,55 | 219,00 | 11*1                 | Напиток ассорти из красных ягод                                    | 200 | 9,32   |
| 2,64                                                                 | 0,24  | 18,72 | 89,60  | -                    | Хлеб вит. пшеничный                                                | 40  | 3,61   |
| 1,32                                                                 | 0,24  | 6,68  | 38,60  | -                    | Хлеб вит. ржаной                                                   | 20  | 1,80   |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                             |       |       |        |                      |                                                                    |     | 162,95 |

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