

Согласовано					ООО "Комфорт"			Согласовано
Директор ООО "Комфорт"					МАОУ СОШ № 109		Директор МАОУ лицей № 109	
Поматилов С. С.					Меню на 13 мая 2025 года*			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	114,0	7*52	Горошек консервированный	30	15,54	
17,40	31,68	27,50	354,2	8*31	Свинина тушенная в соусе	100	62,16	
9,00	7,38	39,06	262,8	5*54	Макаронные изделия отварные	180	34,34	
0,10	7,38	39,06	262,8	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	9,32	
3,30	0,30	23,40	112,0	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50	
1,98	0,36	10,02	57,9	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70	
Итого за Комплекс							128,56	
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена								
0,84	3,00	1,56	39,0	7*34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	21,39	
5,42	11,25	10,00	163,3	6*73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00	
17,40	31,68	27,50	354,2	8*31	Свинина тушенная в соусе	120	78,57	
9,00	7,38	39,06	262,8	5*54	Макаронные изделия отварные	180	34,34	
0,10	7,38	39,06	262,8	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	9,32	
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61	
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,61	
Итого за Комплекс							192,84	
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы								
Завтрак								
5,08	11,55	9,97	164,2	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	48,28	
11,30	12,20	47,50	345,0	2*60	Каша жидкая пшенная с маслом	250	50,50	
0,20	0,12	11,44	46,4	12*2	Соус из малины	40	20,84	
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60	
0,20	0,00	13,70	53,0	11/56	Чай с сахаром	200	5,34	
Обед								
0,84	3,00	1,56	39,0	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	21,39	
5,42	11,25	10,00	163,3	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00	
17,40	31,68	27,50	354,2	8\31	Свинина тушенная в соусе	120	78,57	
9,00	7,38	39,06	262,8	5/54	Макаронные изделия отварные	180	34,34	
0,10	7,38	39,06	262,8	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	200	9,32	
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61	
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,61	
Итого за Комплекс							321,40	
Комплекс №5 5-11 классы								
20,90	3,60	6,60	114,0	7*52	Горошек консервированный	30	15,54	
17,40	31,68	27,50	354,2	8*31	Свинина тушенная в соусе	100	62,16	
9,00	7,38	39,06	262,8	5*54	Макаронные изделия отварные	180	34,34	
0,10	7,38	39,06	262,8	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	9,32	
3,30	0,30	23,40	112,0	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50	
1,98	0,36	10,02	57,9	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70	
Итого за Комплекс							128,56	
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы								
3,30	11,94	32,64	246,6	13*17	Булочное изделие в асс.	90	42,00	
Итого за Комплекс							42,00	
Комплекс №7 Суп 1-11 классы								
5,42	11,25	10,00	163,3	6*73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00	
Итого за Комплекс							42,00	
Комплекс №9 5-11 Обед								
0,84	3,00	1,56	39,0	7*34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	21,39	
5,42	11,25	10,00	163,3	6*73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00	
17,40	31,68	27,50	354,2	8*31	Свинина тушенная в соусе	120	78,57	
9,00	7,38	39,06	262,8	5*54	Макаронные изделия отварные	180	34,34	
0,10	7,38	39,06	262,8	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	9,32	
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61	
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,61	
Итого за Комплекс							192,84	

Комплекс №3 (свободный выбор)							
22,30	10,33	19,27	146,6	7*85	Биточек куриный	100	
2,20	2,80	14,10	92,0	5*58	Пюре картофельное	150	
0,10	7,38	39,06	262,8	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	
Итого за Комплекс							166,00
Комплекс №4 (свободный выбор)							
12,24	55,42	23,40	146,9	17*1	Плов со свининой и куркумой	250	
0,10	7,38	39,06	262,8	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	
Итого за Комплекс							166,00
Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
5,08	11,55	9,97	164,2	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	
11,30	12,20	47,50	345,0	2*60	Каша жидкая пшенная с маслом	250	
0,08	0,02	0,06	0,6	1/75 (2018 J 27/10)	Чай без сахара	200	
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	
				-			
Итого за Комплекс							128,56
Комплекс №2 5-11классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,60	7,26	8,54	105,1	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	
5,44	11,25	12,32	168,1	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	
17,40	31,68	60,00	354,2	8\31	Свинина тушеная в соусе	120	
6,73	7,29	42,44	261,7	5/54	Макаронные изделия отварные	180	
0,14	0,10	11,00	84,0	11/73	Отвар из смеси красных ягод без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,7	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	20,85	96,7	-	Хлеб вит. ржаной	50	
Итого за Комплекс							192,84
					Заведующий производством		Сажаева А.А.

Согласовано					ООО "Комфорт"		Согласовано
Директор ООО "Комфорт"					МАОУ СОШ № 109	Директор МАОУ лицей № 109	
Поматилов С. С.					Меню на 13 мая 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							
3,76	3,05	9,64	81,1	1*1	Бутерброд с сыром 20/10	30	19,65
13,80	20,25	3,60	251,3	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	58,16
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай с сахаром	200	3,34
1,32	0,24	6,68	38,6	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,4	-	Яблоко	130	25,69
Итого за Комплекс							108,64
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
0,84	3,00	1,56	39,0	7*34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	15,44
5,42	11,25	10,00	163,3	6*73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
17,40	31,68	27,50	354,2	8*31	Свинина тушенная в соусе	100	62,16
7,50	6,15	32,55	219,0	5*54	Макаронные изделия отварные	150	28,62
0,10	6,15	32,55	219,0	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	9,32
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
1,32	0,24	6,68	38,6	-	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	81,1	1*1	Бутерброд с сыром 20/10	30	19,65
13,80	20,25	3,60	251,3	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	58,16
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай с сахаром	200	3,34
1,32	0,24	6,68	38,6	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,4	-	Яблоко	130	25,69
Обед							
0,84	3,00	1,56	39,0	7*34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	15,44
5,42	11,25	10,00	163,3	6*73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
17,40	31,68	27,50	354,2	8*31	Свинина тушенная в соусе	100	62,16
7,50	6,15	32,55	219,0	5*54	Макаронные изделия отварные	150	28,62
0,10	6,15	32,55	219,0	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	9,32
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
1,32	0,24	6,68	38,6	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							271,59
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,30	11,94	32,64	246,6	13*17	Булочное изделие в асс.	90	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
5,42	11,25	10,00	163,3	6*73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	10,15	83,8	1*1	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром 20/10 г	30	
1,52	2,06	5,59	42,1	11/75 (2018/27/10)	Горошек зеленый	50	
18,39	26,98	4,76	334,7	7*12	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	
0,08	0,02	0,06	0,6	11*17	Чай без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,7	-	Хлеб ржаной	20	
Итого за Комплекс							108,64
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,6	(2018 № 2/	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,1	11*56	Чай с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,9	-	Батон пшеничный витаминизированный	20	
1,32	0,24	8,34	38,7	-	Хлеб ржаной	20	
0,60	0,60	17,40	73,0	-	Фрукт свежий	150	
Итого за Комплекс							108,64

Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
0,84	3,00	1,56	39,0	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	
5,44	11,25	12,32	168,1	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	
17,40	31,68	27,50	354,2	8\31	Свинина тушенная в соусе	100	
5,65	4,07	35,42	200,4	5/54	Макаронные изделия отварные	150	
0,14	0,10	11,00	84,0	11/73	Отвар из смеси красных ягод без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,4	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
3,30	0,60	20,85	96,7	-	Хлеб вит. ржаной	50	
Итого за Комплекс							162,95
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
0,59	4,77	2,58	54,0	7/34	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	80	
5,44	11,25	12,32	168,1	6*73	Щи из свежей капусты с картофелем	250	
17,40	31,68	27,50	354,2	8\31	Свинина тушенная в соусе	100	
5,65	4,07	35,42	200,4	5/8 (2004 № 516)	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	150	
0,14	0,10	21,64	84,0	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	200	
2,64	0,48	16,68	77,4	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
1,98	0,36	12,51	58,0	-	Хлеб вит. ржаной	30	
Итого за Комплекс							162,95
Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)							
3,30	11,94	32,64	246,6	13*17	Булочка сдобная с яблоком и корицей	90	42,00
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай с сахаром	200	3,34
Итого за Комплекс							45,34
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)							
0,84	3,00	1,56	39,0	7*34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	15,44
5,42	11,25	10,00	163,3	6*73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	42,00
17,40	31,68	27,50	354,2	8*31	Свинина тушенная в соусе	100	62,16
7,50	6,15	32,55	219,0	5*54	Макаронные изделия отварные	150	28,62
0,10	6,15	32,55	219,0	11*1	Напиток ассорти из красных ягод	200	9,32
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,61
1,32	0,24	6,68	38,6	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							162,95
					Заведующий производством		Давтян Н. Г.