

Согласовано					ООО "Комфорт"		Согласовано
Директор ООО "Комфорт"					МАОУ СОШ № 109	Директор МАОУ лицей № 109	
Поматилов С. С.					Меню на 16 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	7,43
21,71	11,32	38,49	342,7	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Итого за Комплекс							128,56
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
14,01	6,21	12,07	117,7	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	27,91
8,92	7,75	19,50	185,0	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
21,71	11,32	38,49	342,7	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
3,30	0,30	23,40	112,0	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,5	-	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	164,2	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	35,80
9,75	12,14	36,06	291,6	2*62	Каша молочная жидкая геркулесовая с маслом	250	41,59
0,20	0,12	11,44	46,4	12*2	Соус из малины	40	23,41
3,60	2,70	22,90	127,0	11*51	Какао с молоком	200	24,16
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
14,01	6,21	12,07	117,7	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	27,91
8,92	7,75	19,50	185,0	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
21,71	11,32	38,49	342,7	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
3,30	0,30	23,40	112,0	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,5	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
Итого за Комплекс							321,40
Комплекс №5 5-11 классы							
20,90	3,60	6,60	114,0	7*52	Горошек консервированный	30	7,43
21,71	11,32	38,49	342,7	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
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							
8,92	7,75	19,50	185,0	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
14,01	6,21	12,07	117,7	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	27,91
8,92	7,75	19,50	185,0	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
21,71	11,32	38,49	342,7	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
3,30	0,30	23,40	112,0	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,5	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
Итого за Комплекс							192,84

Комплекс №9 (свободный выбор)							
28,25	12,25	19,75	305,0	4*54	Шашлычок их курицы (бедро куриное)	100	
2,40	3,70	23,40	138,0	5*57	Макаронные изделия отварные	150	
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
Итого за Комплекс							166,00
Комплекс №10 (свободный выбор)							
13,90	12,50	3,80	184,0	8*54	Голубцы ленивые в томатном соусе (свинина)	100	
2,20	2,80	14,10	92,0	5*58	Пюре картофельное	150	
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	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	
6,38	5,75	0,38	78,8	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	
8,20	8,40	36,20	244,0	2/79	Каша жидкая геркулесовая с маслом без сахара	250	
4,03	3,19	6,87	68,9	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
1,32	0,24	6,68	38,6	-	Хлеб вит. ржаной	20	
Итого за Комплекс							128,56
Комплекс №2 5-11классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
14,01	6,21	12,07	117,7	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	
8,92	7,75	19,50	185,0	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	
21,71	11,32	38,49	342,7	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	
0,18	0,04	13,75	53,1	11/74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
3,30	0,30	23,40	112,0	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	16,70	96,5	-	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 16 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								
3,80	6,60	9,70	116,0	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	26,85	
9,75	12,14	36,06	291,6	2*62	Каша молочная жидкая геркулесовая с маслом	230	38,27	
0,15	0,09	8,58	34,8	12*2	Соус из малины	30	17,56	
3,60	2,70	22,90	127,0	11*51	Какао с молоком	200	24,16	
1,32	0,24	6,68	38,6	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80	
Итого за Комплекс							108,64	
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена								
14,01	6,21	12,07	117,7	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	21,73	
8,92	7,75	19,50	185,0	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00	
17,37	9,05	30,79	274,1	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	87,64	
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38	
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60	
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60	
Итого за Комплекс							162,95	
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы								
Завтрак								
3,80	6,60	9,70	116,0	1*58	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/5	35	26,85	
9,75	12,14	36,06	291,6	2*62	Каша молочная жидкая геркулесовая с маслом	230	38,27	
0,15	0,09	8,58	34,8	12*2	Соус из малины	30	17,56	
3,60	2,70	22,90	127,0	11*51	Какао с молоком	200	24,16	
1,32	0,24	6,68	38,6	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80	
Обед								
14,01	6,21	12,07	117,7	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	21,73	
8,92	7,75	19,50	185,0	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00	
17,37	9,05	30,79	274,1	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	87,64	
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38	
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60	
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60	
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								
8,92	7,75	19,50	185,0	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00	
Итого за Комплекс							42,00	
Комплекс №1 1-4 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		
6,38	5,75	0,38	78,8	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50		
8,20	8,40	36,20	244,0	2/66 (MP 2.4.0162-19. 2.4.)	Каша жидкая геркулесовая с маслом без сахара	200		
4,03	3,19	6,87	68,9	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200		
1,32	0,24	6,68	38,6	-	Хлеб вит. ржаной	20		
Итого за Комплекс							108,64	
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)								
6,38	5,75	0,38	78,8	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50		
7,23	12,83	34,92	275,7	2/73 (MP 2.4.0162-19 №	Каша вязкая геркулесовая на воде с растительным маслом	200		
0,18	0,11	10,01	40,6	12*2	Соус из малины	35		
0,18	0,04	13,75	53,1	11*56	Чай с сахаром	200		
1,32	0,24	6,68	38,6	-	Хлеб вит. ржаной	20		
1,32	0,12	9,36	44,8	-	Хлеб вит. пшеничный	20		
Итого за Комплекс							108,64	

Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
14,01	6,21	12,07	117,7	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	
12,44	7,77	25,16	208,0	6/57 (2004 № 139)	Суп картофельный с бобовыми	250	
15,55	18,70	44,29	408,6	9/17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,18	0,04	13,75	53,1	11/74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,4	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,4	-	Хлеб вит. ржаной	40	
Итого за Комплекс							162,95
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
14,01	6,21	12,07	117,7	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	
12,44	7,77	25,16	208,0	6/57 (2004 № 139)	Суп картофельный с бобовыми	250	
15,55	18,70	44,29	408,6	9/17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,18	0,04	13,75	53,1	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
2,64	0,48	16,68	77,4	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,4	-	Хлеб вит. ржаной	40	
Итого за Комплекс							162,95
Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)							
7,70	7,42	32,09	225,9	13*10	Булочное изделие в асс.	100	42,00
0,20	0,00	13,70	53,0	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)							
14,01	6,21	12,07	117,7	7*14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	21,73
8,92	7,75	19,50	185,0	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,37	9,05	30,79	274,1	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	87,64
0,20	0,00	13,70	53,0	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
2,64	0,24	18,72	89,6	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,2	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Итого за Комплекс							162,95
					Заведующий производством		Давтян Н. Г.