

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 17 октября 2025 года*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чудинова С.С. [

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	35,80
10,61	10,17	47,32	321,18	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	41,59
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	23,41
1,40	1,10	16,60	79,00	11/59	Кофейный напиток	200	24,16
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

Обед

1,01	5,06	4,79	76,75	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	27,91
12,44	7,77	25,16	208,00	6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	42,00
19,44	21,37	55,36	508,50	8/35	Жаркое по-домашнему со свининой	250	109,55
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	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

0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	7,43
19,44	21,37	55,36	508,50	8/35	Жаркое по-домашнему со свининой	250	109,55
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	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
128,56
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы

7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	100	42,00
					Итого за Комплекс		42,00

Комплекс №7 Суп 1-11 классы

5,55	7,80	15,95	199,79	6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	42,00
					Итого за Комплекс		42,00

Комплекс №9 5-11 Обед

1,01	5,06	4,79	76,75	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	27,91
12,44	7,77	25,16	208,00	6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	42,00
19,44	21,37	55,36	508,50	8/35	Жаркое по-домашнему со свининой	250	109,55
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	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 №9 (свободный выбор)

28,25	12,25	19,75	305,00	4*54	Шницель куриный	100	
2,40	3,70	23,40	138,00	5*57	Картофель по-деревенски	150	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	200	166,00
					Итого за Комплекс		166,00

Комплекс №10 (свободный выбор)

13,90	12,50	3,80	184,00	8*54	Голубцы ленивые в томатном соусе (свинина)	100	
2,20	2,80	14,10	92,00	5*58	Рис с овощами	150	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	200	166,00
					Итого за Комплекс		166,00

Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	
6,26	5,90	28,40	194,19	2/68	Каша ячневая молочная с маслом сливочным без сахара	250	
2,74	2,20	4,89	49,72	11/59 (2004 № 692)	Кофейный напиток без сахара	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	128,56

Итого за Комплекс
128,56
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)

1,01	5,06	4,79	76,75	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	
12,44	7,77	25,16	208,00	6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	
19,44	21,37	55,36	508,50	8/35	Жаркое по-домашнему со свининой	250	
0,14	0,10	11,00	83,96	11/73	Напиток ассорти из красных ягод без сахара	200	
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	192,84

Итого за Комплекс
192,84

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 17 октября 2025 года*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чулинова С.С. |

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	26,85
9,75	12,14	36,06	291,64	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	220	38,27
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	17,56
1,40	1,10	16,60	79,00	11/59	Кофеинный напиток	200	24,16
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
0,80	0,90	2,80	61,60	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	21,73
5,55	7,80	15,95	199,79	6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	42,00
16,58	19,50	68,38	327,07	8/35	Жаркое по-домашнему со свининой	200	87,64
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	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
<i>Итого за Комплекс</i>							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	26,85
9,75	12,14	36,06	291,64	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	220	38,27
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	17,56
1,40	1,10	16,60	79,00	11/59	Кофеинный напиток	200	24,16
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
0,80	0,90	2,80	61,60	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	21,73
5,55	7,80	15,95	199,79	6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	42,00
16,58	19,50	68,38	327,07	8/35	Жаркое по-домашнему со свининой	200	87,64
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	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
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

Комплекс №6 Булочка 1-11 классы

7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	100	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

Комплекс №7 Суп 1-11 классы

5,55	7,80	15,95	199,79	6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	
6,26	5,90	28,40	194,19	2/68	Каша ячневая молочная с маслом сливочным без сахара	200	
2,74	2,20	4,89	49,72	11/59 (2004 № 692)	Кофеинный напиток без сахара	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	108,64
					<i>Итого за Комплекс</i>		108,64

Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)

6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	
6,03	12,83	34,92	275,69	2/78	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным и отрубями	200	
0,18	0,11	10,01	40,60	12*2	Соус из малины	35	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	108,64
					<i>Итого за Комплекс</i>		108,64

Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)

0,80	0,90	2,80	61,60	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	
12,44	7,77	25,16	208,00	6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	
16,58	19,50	68,38	327,07	8/35	Жаркое по домашнему со свининой	200	
0,14	0,10	11,00	83,96	11/73	Напиток ассорти из красных ягод 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

Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)

0,80	0,90	2,80	61,60	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	
5,55	12,08	17,95	199,79	6/70-1	Рассольник Ленинградский	250	
16,58	19,50	68,38	327,07	8/35	Жаркое по-домашнему со свининой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	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	
					<i>Итого за Комплекс</i>		162,95

Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)

7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	100	42,00
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	200	4,38
					<i>Итого за Комплекс</i>		46,38

Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)

0,80	0,90	2,80	61,60	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	21,73
5,55	7,80	15,95	199,79	6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	42,00
16,58	19,50	68,38	327,07	8/35	Жаркое по-домашнему со свининой	200	87,64
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	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
					<i>Итого за Комплекс</i>		162,95

ГПД СВО

5,55	7,80	15,95	199,79	6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	
16,58	19,50	68,38	327,07	8/35	Жаркое по-домашнему со свининой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	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	130,88
					<i>Итого за Комплекс</i>		130,88