

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 20 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чудинова С.С. |

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд			Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы				
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>								
0,24	0,03	0,74	4,20	7/15	Закуска из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом		30	3,36
21,30	15,00	56,00	466,00	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами		250	104,38
0,41	0,17	17,65	68,79	11/52	Компот из кураги		200	13,62
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>								128,56
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>								
1,01	6,06	4,79	76,75	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом		100	25,64
8,92	7,75	19,50	185,00	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	42,00
20,90	3,60	6,60	144,00	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами		250	104,38
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги		200	13,62
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный		40	3,60
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>								192,84

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

25,20	15,85	20,02	325,77	3/11	Запеканка (сырники) творожная	200	82,13
2,88	3,40	22,20	130,92	12*59	Молоко сгущенное	40	15,01
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,25
1,98	0,36	12,51	58,01	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70

**Обед**

1,01	6,06	4,79	76,75	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	25,64
8,92	7,75	19,50	185,00	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
20,90	3,60	6,60	144,00	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами	250	104,38
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги	200	13,62
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,24	0,03	0,74	4,20	7/15	Закуска из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	30	3,36
21,30	15,00	56,00	466,00	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами	250	104,38
0,41	0,17	17,65	68,79	11/52	Компот из кураги	200	13,62
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>							128,56

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочное изделие в асс.	70	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

8,92	7,75	19,50	185,00	6*63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

1,01	6,06	4,79	76,75	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	25,64
8,92	7,75	19,50	185,00	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
20,90	3,60	6,60	144,00	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами	250	104,38
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги	200	13,62
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84

**Комплекс №17 (меню свободного выбора)**

15,70	15,70	19,80	289,00	8*52	Филе куриное под сыром с соленым огурцом	100	
2,22	4,38	16,97	121,10	11/52	Макаронные изделия отварные	150	
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги	200	166,00
<i>Итого за Комплекс</i>							166,00

**Комплекс №18 (меню свободного выбора)**

13,90	12,50	3,80	184,00	8*12	Мясо по-французски с картофелем (свинина)	250	
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги	200	
<i>Итого за Комплекс</i>							166,00

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

25,12	16,45	11,08	296,87	3/10	Запеканка творожная без сахара	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/74	Чай без сахара	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	
3,08	1,20	21,32	107,80	-	Батон пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56

**Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

1,01	6,06	4,79	76,75	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	100	
8,92	7,75	19,50	185,00	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
11,64	15,60	14,80	372,80	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами	250	
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	20	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 20 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чудинова С.С.!

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
25,20	15,85	20,02	325,77	3/11	Запеканка (сырники) творожная	150	61,76
2,16	2,55	10,65	95,22	12*59	Молоко сгущенное	30	11,86
0,18	0,04	9,75	53,14	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный	20	2,25
1,98	0,36	12,51	58,01	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	25,69
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
0,80	0,90	2,80	61,60	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	19,24
8,92	7,75	19,50	185,00	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
11,64	15,60	14,80	372,80	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами	200	84,49
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги	200	13,62
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
25,20	15,85	20,02	325,77	3/11	Запеканка (сырники) творожная	150	61,76
2,16	2,55	10,65	95,22	12*59	Молоко сгущенное	30	11,86
0,18	0,04	9,75	53,14	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	4,38
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный	20	2,25
1,98	0,36	12,51	58,01	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	25,69
<b>Обед</b>							
0,80	0,90	2,80	61,60	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом	80	19,24
8,92	7,75	19,50	185,00	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
11,64	15,60	14,80	372,80	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами	200	84,49
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги	200	13,62
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

Комплекс №6 Булочка 1-11 классы								
9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочное изделие в асс.		70	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>			42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы								
8,92	7,75	19,50	185,00	6*63	Суп с макаронными изделиями		250	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>			42,00
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)								
19,90	17,10	17,00	306,00	3*11	Запеканка творожная без сахара		150	108,64
7,70	3,00	50,10	270,00	11*75	Чай без сахара		200	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130	
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный		20	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной		40	
					<i>Итого за Комплекс</i>			108,64
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)								
12,80	12,40	26,80	244,00	3*52	Морковная запеканка с маслом растительным		200	108,64
0,20	0,00	13,70	53,00	11*17	Чай "Каркаде" с сахаром		200	
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный		20	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130	
					<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	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом		80	162,95
8,92	7,75	19,50	185,00	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	
11,64	15,60	14,80	372,80	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами		200	
0,14	0,10	11,00	83,96	11/78	Компот из кураги без сахара		200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный		40	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	
					<i>Итого за Комплекс</i>			162,95
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)								
0,80	0,90	2,80	61,60	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом		80	162,95
8,92	7,75	19,50	185,00	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	
11,64	15,60	14,80	372,80	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами		200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги		200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный		40	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	
					<i>Итого за Комплекс</i>			162,95
Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)								
9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочное изделие в асс.		70	42,00
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги		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	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и раст.маслом		80	19,24
8,92	7,75	19,50	185,00	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	42,00
11,64	15,60	14,80	372,80	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами		200	84,49
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги		200	13,62
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный		20	1,80
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80
					<i>Итого за Комплекс</i>			162,95
ГПД СВО								
8,92	7,75	19,50	185,00	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	130,88
11,64	15,60	14,80	372,80	9*60	Птица (филе куриное) тушенная в соусе с овощами		200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11/52	Компот из кураги		200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный		20	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной		20	
					<i>Итого за Комплекс</i>			130,88

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