

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Директор МАОУ лицей № 109

Поматилов С. С.

Меню на 5 декабря 2025 года*

Чудинова С.С. [

Пицевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб	
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,40	2,10	2,90	33,00	7/24	Закуска витаминика (с морковью)	30	2,32
14,07	17,09	20,00	321,00	8/26	Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	100	91,35
6,73	5,29	42,44	261,71	5/54	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	20,89
0,00	0,00	18,63	71,53	11/15	Кисель витаминизированный "Витошка"	200	7,70
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
1,30	4,98	13,72	98,78	7/19	Салат из моркови, сахара и изюма	100	21,90
5,31	10,73	16,16	176,44	6/75	Борщ с морской капустой и со сметаной	250	42,00
14,07	17,09	20,00	321,00	8/26	Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	100	91,35
6,73	7,29	42,44	261,71	5/54	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	20,89
0,00	0,00	18,63	71,53	11/15	Кисель витаминизированный "Витошка"	200	7,70
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
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы									
Завтрак									
8,02	13,15	10,34	198,73	1*55		Бутерброд с сыром и маслом 20/15/15	50	41,32	
8,67	10,27	44,61	312,10	2/61-1		Каша жидкая молочная рисовая с маслом и яблоками	250	42,96	
0,19	0,12	12,26	48,19	12/2		Соус из майонеза	40	18,32	
1,39	1,10	16,65	78,95	11/59		Кофеинный напиток	200	24,16	
1,32	0,24	6,68	38,60	-		Хлеб вит. ржаной	20	1,80	
Обед									
1,30	4,98	13,72	98,78	7/19		Салат из моркови, сахара и изюма	100	21,90	
5,31	10,73	16,16	176,44	6/75		Борщ с морской капустой и со сметаной	250	42,00	
14,07	17,09	20,00	321,00	8/26		Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	100	91,35	
6,73	7,29	42,44	261,71	5/54		Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	20,89	
0,00	0,00	18,63	71,53	11/15		Кисель витаминизированный "Витошка"	200	7,70	
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	
<i>Итого за Комплекс</i>									
321,40									

Комплекс №5 5-11 классы									
Закуска витаминика (с морковью)									
0,40	2,10	2,90	33,00	7/24		Закуска витаминика (с морковью)	30	2,32	
14,07	17,09	20,00	321,00	8/26		Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	100	91,35	
6,73	5,29	42,44	261,71	5/54		Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	20,89	
0,00	0,00	18,63	71,53	11/15		Кисель витаминизированный "Витошка"	200	7,70	
2,64	0,24	18,72	89,60	-		Хлеб вит. пшеничный	40	3,60	
1,98	0,36	10,02	57,90	-		Хлеб вит. ржаной	30	2,70	
<i>Итого за Комплекс</i>									
128,56									

Комплекс №6 Булочка 1-11 классы									
Булочно-изделие в асс.									
7,44	6,96	43,92	274,40	13,2		Булочно-изделие в асс.	100	42,00	
<i>Итого за Комплекс</i>									
42,00									

Комплекс №7 Суп 1-11 классы									
Борщ с морской капустой и со сметаной									
5,31	10,73	16,16	176,44	6/75		Борщ с морской капустой и со сметаной	250	35,00	
<i>Итого за Комплекс</i>									
35,00									

Комплекс №9 5-11 Обед									
Салат из моркови, сахара и изюма									
1,30	4,98	13,72	98,78	7/19		Салат из моркови, сахара и изюма	100	21,90	
5,31	10,73	16,16	176,44	6/75		Борщ с морской капустой и со сметаной	250	42,00	
14,07	17,09	20,00	321,00	8/26		Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	100	91,35	
6,73	7,29	42,44	261,71	5/54		Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	20,89	
0,00	0,00	18,63	71,53	11/15		Кисель витаминизированный "Витошка"	200	7,70	
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	
<i>Итого за Комплекс</i>									
192,84									

Комплекс №19 (меню свободного выбора)									
Люля-кебаб (свинина, курица)									
15,70	15,70	19,80	289,00	8*52		Люля-кебаб (свинина, курица)	100		
0,00	0,00	18,63	71,53	11/15		Кисель витаминизированный "Витошка"	200		
2,22	4,38	16,97	121,10	5*58		Картофель по-деревенски	150	166,00	
<i>Итого за Комплекс</i>									
166,00									

Комплекс №20 (меню свободного выбора)									
Лагман (говядина, курица)									
15,70	15,70	19,80	289,00	8*52		Лагман (говядина, курица)	250		
0,00	0,00	18,63	71,53	11/15		Кисель витаминизированный "Витошка"	200	166,00	
<i>Итого за Комплекс</i>									
166,00									

Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)									
Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г									
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51		Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45		
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57		Яйцо отварное	50		
10,61	13,17	41,32	321,18	2/61/2		Каша жидкая молочная рисовая с маслом и яблоками без сахара	250		
4,03	3,19	6,87	68,88	11/59 (2004 № 692)		Кофеинный напиток без сахара	200		
1,32	0,24	8,34	38,68	-		Хлеб вит. ржаной	20	128,56	
<i>Итого за Комплекс</i>									
128,56									

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

<tbl_r cells="10" ix="5" maxcspan="1" maxrspan="1" usedcols="1

6,03	12,83	34,92	275,69	2/61/3	Каша жидкая рисовая на воде с маслом растительным и яблоками	250	<p>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>1,30</td><td>4,98</td><td>13,72</td><td>98,78</td><td>7/19</td><td>Салат из моркови, сахара и изюма</td><td>100</td></tr> <tr><td>5,31</td><td>10,73</td><td>16,16</td><td>176,44</td><td>6/75</td><td>Борщ с морской капустой и со сметаной</td><td>250</td></tr> <tr><td>12,67</td><td>18,98</td><td>16,12</td><td>262,00</td><td>8/26</td><td>Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями</td><td>100</td></tr> <tr><td>5,65</td><td>4,07</td><td>35,42</td><td>200,44</td><td>5/8 (2004 № 516)</td><td>Макаронные изделия отварные с маслом растительным</td><td>180</td></tr> <tr><td>0,00</td><td>0,00</td><td>18,63</td><td>71,53</td><td>11/15</td><td>Кисель витаминизированный "Витонка"</td><td>200</td></tr> <tr><td>2,64</td><td>0,24</td><td>18,72</td><td>89,60</td><td>-</td><td>Хлеб вит. пшеничный</td><td>50</td></tr> <tr><td>2,64</td><td>0,48</td><td>13,36</td><td>77,20</td><td>-</td><td>Хлеб вит. ржаной</td><td>50</td></tr> <tr><td colspan="6" style="text-align: right;"><i>Итого за Комплекс</i></td><td>192,84</td></tr> <tr><td colspan="6" style="text-align: right;"><i>Итого за Комплекс</i></td><td>192,84</td></tr> </table>	1,30	4,98	13,72	98,78	7/19	Салат из моркови, сахара и изюма	100	5,31	10,73	16,16	176,44	6/75	Борщ с морской капустой и со сметаной	250	12,67	18,98	16,12	262,00	8/26	Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	100	5,65	4,07	35,42	200,44	5/8 (2004 № 516)	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	180	0,00	0,00	18,63	71,53	11/15	Кисель витаминизированный "Витонка"	200	2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50	2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	50	<i>Итого за Комплекс</i>						192,84	<i>Итого за Комплекс</i>						192,84
1,30	4,98	13,72	98,78	7/19	Салат из моркови, сахара и изюма	100																																																																
5,31	10,73	16,16	176,44	6/75	Борщ с морской капустой и со сметаной	250																																																																
12,67	18,98	16,12	262,00	8/26	Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	100																																																																
5,65	4,07	35,42	200,44	5/8 (2004 № 516)	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	180																																																																
0,00	0,00	18,63	71,53	11/15	Кисель витаминизированный "Витонка"	200																																																																
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50																																																																
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	50																																																																
<i>Итого за Комплекс</i>						192,84																																																																
<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 5 декабря 2025 года*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чудинова С.С.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Белки	Жиры		
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
5,14	11,15	10,28	148,51	1*57		Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40
5,98	6,20	31,04	233,13	2/61-1		Каша жидкая молочная рисовая с маслом и яблоками	210
0,14	0,09	1,20	36,14	12/2		Соус из малины	30
1,64	1,73	14,19	119,57	11/59		Кофейный напиток	200
1,32	0,24	6,68	38,60	-		Хлеб вит. ржаной	20
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,04	0,10	6,90	72,50	7/83		Морковные палочки	80
5,31	10,73	16,16	176,44	6/75		Борщ с морской капустой и со сметаной	250
11,67	16,98	11,12	262,00	8/26		Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	90
3,65	4,07	48,42	200,44	5/54		Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150
0,00	0,00	13,63	71,53	11/15		Кисель витаминизированный "Витонка"	200
1,32	0,12	9,36	44,80	-		Хлеб вит. пшеничный	20
1,32	0,24	6,68	38,60	-		Хлеб вит. ржаной	20
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
5,14	11,15	10,28	148,51	1*57		Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40
5,98	6,20	31,04	233,13	2/61-1		Каша жидкая молочная рисовая с маслом и яблоками	210
0,14	0,09	1,20	36,14	12/2		Соус из малины	30
1,64	1,73	14,19	119,57	11/59		Кофейный напиток	200
1,32	0,24	6,68	38,60	-		Хлеб вит. ржаной	20
<i>Итого за Комплекс</i>							180,80
Обед							
1,04	0,10	6,90	72,50	7/83		Морковные палочки	80
5,31	10,73	16,16	176,44	6/75		Борщ с морской капустой и со сметаной	250
11,67	16,98	11,12	262,00	8/26		Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	90
3,65	4,07	48,42	200,44	5/54		Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150
0,00	0,00	13,63	71,53	11/15		Кисель витаминизированный "Витонка"	200
1,32	0,12	9,36	44,80	-		Хлеб вит. пшеничный	20
1,32	0,24	6,68	38,60	-		Хлеб вит. ржаной	20
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

Комплекс №6 Булочка 1-11 классы

7,44	6,96	43,92	274,40	13,2	Булочное изделие в асс.	100	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

Комплекс №7 Суп 1-11 классы

5,31	10,73	16,16	176,44	6/75	Борщ с морской капустой и со сметаной	250	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		4,50

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

4,98	11,60	10,28	166,36	1*55	Бутербрюд с сыром и маслом 20/15/10	45	
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	500	
6,26	8,61	23,50	194,19	2/61/2	Каша жидкая молочная рисовая с маслом и яблоками 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)

6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	
6,03	12,83	34,92	275,69	2/61/3	Каша жидкая рисовая на воде с маслом растительным и яблоками	200	
0,14	0,09	9,20	36,14	12/2	Соус из малины	30	
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 вит. ржаной	20	108,64
					<i>Итого за Комплекс</i>		108,64

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

1,04	0,10	6,90	72,50	7/83	Морковные палочки	80	
12,44	7,77	55,16	208,00	6/2(2004 № 139)	Борщ с морской капустой	250	
12,67	18,98	16,12	262,00	8/26	Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	90	
5,65	4,07	35,42	200,44	5/54	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	
0,00	0,00	18,63	71,53	11/76	Кисель витаминизированный "Витоншка" без сахара	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	20	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	162,95
					<i>Итого за Комплекс</i>		162,95

Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)

1,04	0,10	6,90	72,50	7/83	Морковные палочки	80	
5,31	10,73	16,16	176,44	6/75	Борщ с морской капустой и со сметаной	250	
12,67	18,98	16,12	262,00	8/26	Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	90	
5,65	4,07	35,42	200,44	5/8 (2004 № 516)	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	150	
0,00	0,00	18,63	71,53	11/15	Кисель витаминизированный "Витоншка"	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	20	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	162,95
					<i>Итого за Комплекс</i>		162,95

Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)

7,44	6,96	43,92	274,40	13,2	Булочное изделие в асс.	100	42,00
0,00	0,00	18,63	71,53	11/15	Кисель витаминизированный "Витоншка"	200	7,70
					<i>Итого за Комплекс</i>		49,70

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

1,04	0,10	6,90	72,50	7/83	Морковные палочки	80	13,36
5,31	10,73	16,16	176,44	6/75	Борщ с морской капустой и со сметаной	250	42,00
11,67	16,98	11,12	262,00	8/26	Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	90	82,21
3,65	4,07	48,42	200,44	5/54	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	14,08
0,00	0,00	13,63	71,53	11/15	Кисель витаминизированный "Витоншка"	200	7,70
1,32	0,12	9,36	44,80	-	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>		162,95

ГПД СВО

5,31	10,73	16,16	176,44	6/75	Борщ с морской капустой и со сметаной	250	
11,67	16,98	11,12	262,00	8/26	Котлеты мясные (говядина, свинина) с отрубями	90	
3,65	4,07	48,42	200,44	5/54	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	
0,00	0,00	13,63	71,53	11/15	Кисель витаминизированный "Витоншка"	200	
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	130,88
					<i>Итого за Комплекс</i>		130,88

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.