Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 12 октября 2026 года*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чудинова С.С.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
6,15	9,15	19,70	213,50	1/57	Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г	40	54,91
11,60	10,30	31,20	231,65	2/71	Каша молочная "Дружба" (греча, рис) с маслом сливочным	210	49,41
0,19	0,12	12,27	48,19	12/8	Соус из голубики	30	28,55
0,24	0,05	14,07	55,61	11/54	Чай лимонный	200	14,85
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
0,80	4,58	3,83	61,40	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	39,02
7,40	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
10,87	10,96	19,50	180,30	8/84	Печень по-строгановски	90	77,64
3,65	4,07	35,42	145,80	5/54	Макаронные изделия отварные	150	31,85
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	20,36
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,70
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
6,15	9,15	19,70	213,50	1/57	Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г	40	54,91
11,60	10,30	31,20	231,65	2/71	Каша молочная "Дружба" (греча, рис) с маслом сливочным	210	49,41
0,19	0,12	12,27	48,19	12/8	Соус из голубики	30	28,55
0,24	0,05	14,07	55,61	11/54	Чай лимонный	200	14,85
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
Обед							
0,80	4,58	3,83	61,40	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	39,02
7,40	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
10,87	10,96	19,50	180,30	8/84	Печень по-строгановски	90	77,64
3,65	4,07	35,42	145,80	5/54	Макаронные изделия отварные	150	31,85
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	20,36
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,70
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	
6,15	9,15	19,70	213,50	1/57	Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г	45	
8,20	8,40	36,20	244,00	2/79	Каша молочная Дружба (греча, рис) без сахара с маслом сливочным	210	
0,26	0,06	0,48	55,61	11/66 (МР 2.4.0162-19 2.4 № 11.10а)	Чай лимонный без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	
8,20	8,40	36,20	244,00	2/70	Каша Дружба (греча, рис) на воде и масле растительном	210	
0,19	0,12	12,27	48,19	12/8	Соус из голубики	40	
0,24	0,05	14,07	55,61	11/54	Чай лимонный	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
0,80	4,58	3,83	61,40	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	
13,90	14,70	28,60	309,00	8/84	Печень по-строгановски	90	

2,70	4,00	21,53	124,83	5/54	Макаронные изделия отварные	150	
0,26	0,06	0,48	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб ржаной	30	224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
0,80	4,58	3,83	61,40	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57-1	Суп картофельный с бобовыми без масла сливочного	200	
12,74	14,22	38,00	191,04	8/84-1	Печень по-строгановски без сметаны	90	
5,65	4,07	35,42	200,44	5/8	Макаронные изделия отварные с растительным маслом	150	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб ржаной	30	224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комлпекс №10 ГПД (булочка + чай)							
9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочное изделие в асс.	80	50,00
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	20,36
					Итого за Комплекс		70,36
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)							
0,80	4,58	3,83	61,40	7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	39,02
7,40	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
10,87	10,96	19,50	180,30	8/84	Печень по-строгановски	90	77,64
3,65	4,07	35,42	145,80	5/54	Макаронные изделия отварные	150	31,85
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	20,36
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,70
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
ГПД СВО							
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	
12,74	14,22	38,00	191,04	8*84	Печень по-строгановски	100	
0,40	2,35	36,85	211,14	5*7	Макаронные изделия отварные	150	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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
					Итого за Комплекс		130,88
Комплекс №11 Полдник							
9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочное изделие в асс.	80	50,00
0,12	0,03	19,42	74,79	11/7	Напиток из плодов шиповника	200	20,36
					Итого за Комплекс		70,36

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.

меню подписано в электронном виде