Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 14 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							
5,13	6,15	19,70	213,00	1/57	Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г	40	49,59
9,78	10,90	31,20	169,50	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	210	49,76
0,00	0,00	1,20	36,14	12/5	Соус из брусники	30	28,55
3,64	2,73	24,19	129,57	11/59	Кофейный напиток	200	19,82
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,8
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
0,92	3,99	12,82	85,90	7/12	Салат из моркови с сахаром и растительным маслом	80	44,94
9,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,40	5,50	8,80	147,00	10/14	Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях	90	71,12
3,28	3,60	14,40	141,83	5/58	Пюре картофельное	150	37,18
0,18	0,07	0,30	42,36	11/5	Напиток из черноплодой рябины	200	15,63
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							
5,13	6,15	19,70	213,00	1/57	Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г	40	49,59
9,78	10,90	31,20	169,50	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	210	49,76
0,00	0,00	1,20	36,14	12/5	Соус из брусники	30	28,55
3,64	2,73	24,19	129,57	11/59	Кофейный напиток	200	19,82
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,8
Обед							
0,92	3,99	12,82	85,90	7/12	Салат из моркови с сахаром и растительным маслом	80	44,94
9,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,40	5,50	8,80	147,00	10/14	Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях	90	71,12
3,28	3,60	14,40	141,83	5/58	Пюре картофельное	150	37,18
0,18	0,07	0,30	42,36	11/5	Напиток из черноплодой рябины	200	15,63
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							
9,00	8,60	25,80	236,50	6/63	Суп с макаронными изделиями	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	
5,13	6,15	19,70	213,00	1/57	Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г	40	
9,78	10,90	31,20	169,50	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	210	
2,74	2,20	4,89	49,72	11/59 (2004 № 692)	Кофейный напиток без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	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	
7,23	9,52	5,80	110,60	2/78-1	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	210	
0,00	0,00	1,20	36,14	12/5	Соус из брусники	30	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
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)							
1,07	2,42	15,97	83,94	7/9	Салат из моркови с растительным маслом без сахара	80	
9,00	9,10	48,50	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	

15,40	5,50	8,80	147,00	10/14	Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях	90	224,27
2,70	4,00	21,53	124,83	5/58	Пюре картофельное	150	
0,65	0,27	12,03	46,50	11/77	Напиток из черноплодой рябины без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
0,92	3,99	12,82	85,90	7/12	Салат из моркови с сахаром и растительным маслом	80	224,27
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63-1	Суп с макаронными изделиями без масла сливочного	250	
15,40	5,50	8,80	147,00	10/14	Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях	90	
3,28	4,26	22,92	141,83	5/58-1 (2004 № 520)	Пюре картофельное без молока	150	
0,18	0,07	0,30	42,36	11/5	Напиток из черноплодой рябины	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
					Итого за Комплекс		224,27
Комлпекс №10 ГПД (булочка + чай)							
7,78	3,92	28,62	180,85	-	Булочное изделие в асс.	80	50,00
0,18	0,07	0,30	42,36	11/5	Напиток из черноплодой рябины	200	15,63
					Итого за Комплекс		65,63
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)							
0,92	3,99	12,82	85,90	7/12	Салат из моркови с сахаром и растительным маслом	80	44,94
9,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,40	5,50	8,80	147,00	10/14	Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях	90	71,12
3,28	3,60	14,40	141,83	5/58	Пюре картофельное	150	37,18
0,18	0,07	0,30	42,36	11/5	Напиток из черноплодой рябины	200	15,63
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							
9,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	130,88
15,40	5,50	8,80	147,00	10/14	Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях	90	
3,28	3,60	14,40	141,83	5/58	Пюре картофельное	150	
0,18	0,07	0,30	42,36	11/5	Напиток из черноплодой рябины	200	
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	20	
					Итого за Комплекс		130,88
Комплекс №11 Полдник							
9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочное изделие в асс.	100	50,00
0,18	0,07	21,67	83,45	11/5	Напиток из черноплодой рябины	200	15,63
					Итого за Комплекс		65,63

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.

меню подписано в электронном виде