Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 19 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
9,65	7,69	33,60	203,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	48,86
0,14	0,09	9,20	36,14	12/8	Соус из голубики	30	26,32
3,00	3,20	14,40	96,00	11/12	Чай с молоком	200	17,63
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	39,71
5,44	6,40	12,32	168,07	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	50,00
12,30	11,60	38,90	213,40	8/3	Азу из свинины	90	78,98
2,70	4,00	29,53	124,83	5/74	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	28,84
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из ягод	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
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
9,65	7,69	33,60	203,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	48,86
0,14	0,09	9,20	36,14	12/8	Соус из голубики	30	26,32
3,00	3,20	14,40	96,00	11/12	Чай с молоком	200	17,63
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	39,71
5,44	6,40	12,32	168,07	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	50,00
12,30	11,60	38,90	213,40	8/3	Азу из свинины	90	78,98
2,70	4,00	29,53	124,83	5/74	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	28,84
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из ягод	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*11	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
5,44	9,20	12,32	310,20	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	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	40	
5,20	6,80	26,90	295,48	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом без сахара	210	
1,60	1,30	2,40	27,00	11/67	Чай с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	149,52
							149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	
3,60	12,75	41,88	296,55	2/74	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	210	
0,14	0,09	9,20	36,14	12/8	Соус из голубики	30	
0,24	0,05	14,07	55,61	11/54	Чай лимонный	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
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	
5,57	2,94	8,97	93,07	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	
12,30	11,60	38,90	213,40	8/3	Азу из свинины	100	
2,70	4,00	29,53	124,83	5/74	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	

0,14	0,10	11,00	83,96	11/73	Напиток ассорти из ягод без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	224,27
					Итого за Комплекс		224,27
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	
5,44	11,25	12,32	168,07	6/75-1	Щи из свежей капусты с картофелем	200	
12,30	11,60	38,90	213,40	8/3	Азу из свинины	100	
2,70	4,00	29,53	124,83	5/74	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из ягод	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб ржаной	20	224,27
					Итого за Комплекс		224,27
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	39,71
5,44	6,40	12,32	168,07	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	50,00
12,30	11,60	38,90	213,40	8/3	Азу из свинины	90	78,98
2,70	4,00	29,53	124,83	5/74	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	28,84
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из ягод	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
ГПД СВО							
5,44	6,40	12,32	168,07	6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200	
12,30	11,60	38,90	213,40	8/3	Азу из свинины	100	
2,70	4,00	29,53	124,83	5/74	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из ягод	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							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*11	Булочное изделие в асс.	80	50,00
0,14	0,10	11,60	83,96	11/1	Напиток ассорти из ягод	200	19,54
					Итого за Комплекс		69,54

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.

меню подписано в электронном виде