Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 20 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
11,90	10,90	41,90	243,20	2/5	Каша молочная Ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	210	57,03
0,00	0,00	1,20	36,14	12/5	Соус из брусники	30	20,97
0,24	0,05	14,07	55,61	11/54	Чай лимонный	200	14,81
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							
2,80	5,81	6,83	92,00	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
12,44	7,77	25,16	216,80	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
22,00	26,31	43,70	259,70	9/66	Жаркое по домашнему с птицей (филе бедра)	200	114,99
0,18	0,05	9,63	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	18,60
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
11,90	10,90	41,90	243,20	2/5	Каша молочная Ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	210	57,03
0,00	0,00	1,20	36,14	12/5	Соус из брусники	30	20,97
0,24	0,05	14,07	55,61	11/54	Чай лимонный	200	14,81
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
Обед							
2,80	5,81	6,83	92,00	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
12,44	7,77	25,16	216,80	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
22,00	26,31	43,70	259,70	9/66	Жаркое по домашнему с птицей (филе бедра)	200	114,99
0,18	0,05	9,63	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	18,60
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*52	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
6,60	7,77	32,50	302,60	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	40	
2,91	6,90	8,07	104,65	2/5/2	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным без сахара	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	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	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	
5,64	11,41	36,16	268,75	2/5-1	Каша Ассорти (рис, пшено) на воде и маслом растительным	210	
0,12	0,00	8,37	33,60	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)							
2,80	5,81	6,83	92,00	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	
12,44	7,77	55,16	208,00	6/57 (2004 № 139)	Суп картофельный с бобовыми	250	
13,71	25,36	37,78	433,77	9/66	Жаркое по домашнему из птицы (филе бедра)	200	

0,12	0,03	19,42	74,79	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
0,80	0,90	2,80	61,60	7/57	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	80	
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57-1	Суп картофельный с бобовыми без масла сливочного	250	
13,71	25,36	37,78	433,77	9/66	Жаркое по домашнему из птицы (филе бедра)	200	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	40	224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)							
2,80	5,81	6,83	92,00	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
12,44	7,77	25,16	216,80	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
22,00	26,31	43,70	259,70	9/66	Жаркое по домашнему с птицей (филе бедра)	200	114,99
0,18	0,05	9,63	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	18,60
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							
12,44	7,77	25,16	216,80	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	
22,00	26,31	43,70	259,70	9/66	Жаркое по домашнему с птицей (филе бедра)	200	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
					Итого за Комплекс		130,88
Комплекс №11 Полдник							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	80	50,00
5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	18,60
					Итого за Комплекс		68,60

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.

меню подписано в электронном виде