Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 6 ноября 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							
13,23	15,85	23,03	248,30	3/9	Запеканка (сырники) творожная	150	97,93
2,16	2,55	10,65	95,22	-	Молоко сгущенное	30	11,86
0,18	0,04	9,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,55
2,64	0,30	18,70	90,00	11/59	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,60
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,31	4,00	3,83	54,03	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и растительным маслом	80	37,22
7,40	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
10,03	10,98	7,90	163,50	9/18	Котлета мясная (филе грудки, свинина) панированная в сухарях "АБВГД"	90	70,04
3,78	4,07	35,42	137,50	5/75	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	150	41,09
0,40	0,10	11,30	87,00	11/15	Кисель "Витошка"	200	18,72
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							
13,23	15,85	23,03	248,30	3/9	Запеканка (сырники) творожная	150	97,93
2,16	2,55	10,65	95,22	-	Молоко сгущенное	30	11,86
0,18	0,04	9,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,55
2,64	0,30	18,70	90,00	11/59	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,60
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,31	4,00	3,83	54,03	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и растительным маслом	80	37,22
7,40	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
10,03	10,98	7,90	163,50	9/18	Котлета мясная (филе грудки, свинина) панированная в сухарях "АБВГД"	90	70,04
3,78	4,07	35,42	137,50	5/75	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	150	41,09
0,40	0,10	11,30	87,00	11/15	Кисель "Витошка"	200	18,72
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							
9,68	7,20	34,64	244,00	-	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
7,40	7,77	25,16	273,50	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)							
25,12	16,45	11,08	296,87	3/10	Запеканка творожная без сахара	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
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 №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
19,93	17,10	17,99	305,90	5/75	Морковная запеканка с маслом растительным	150	
2,16	2,55	16,65	95,22	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	
3,08	1,20	21,32	107,81	-	Хлеб ржаной	30	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
1,31	4,00	3,83	54,03	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и растительным маслом	80	
7,40	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	

10,63	8,20	7,90	163,50	9/18	Котлета мясная (филе грудки, свинина) панированная в сухарях "АБВГД"	90	
3,78	4,07	35,42	137,50	5/75	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	150	
0,00	0,00	18,63	71,53	11/1-1	Напиток яблочно-ягодный без сахара	200	
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,31	4,00	3,83	54,03	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и растительным маслом	80	
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57-1	Суп картофельный с бобовыми без масла сливочного	250	
10,63	8,20	7,90	163,50	9/18	Котлета мясная (филе грудки, свинина) панированная в сухарях "АБВГД"	90	
5,65	4,07	35,42	200,44	5/7-1	Каша рисовая рассыпчатая с овощами с маслом растительным	150	
0,40	0,10	11,30	87,00	11/15	Кисель "Витошка"	200	
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)							
1,31	4,00	3,83	54,03	7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и растительным маслом	80	37,22
7,40	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
10,03	10,98	7,90	163,50	9/18	Котлета мясная (филе грудки, свинина) панированная в сухарях "АБВГД"	90	70,04
3,78	4,07	35,42	137,50	5/75	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	150	41,09
0,40	0,10	11,30	87,00	11/15	Кисель "Витошка"	200	18,72
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							
7,40	7,77	25,16	208,00	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
10,03	10,98	7,90	163,50	9/18	Котлета мясная (филе грудки, свинина) панированная в сухарях "АБВГД"	90	
3,78	4,07	35,42	137,50	5/75	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	150	
0,40	0,10	11,30	87,00	11/15	Кисель "Витошка"	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	130,88
					Итого за Комплекс		130,88
Комплекс №11 Полдник							
9,68	7,20	34,64	244,00	-	Булочное изделие в асс.	80	50,00
0,40	0,00	11,30	87,00	11/15	Кисель "Витошка"	200	18,72
					Итого за Комплекс		68,72

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.

меню подписано в электронном виде