

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Гимназия Арт-Этюд

Директор

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Семёнова А.А.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы</b>							
1,57	7,26	10,28	112,80	1*50	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
<b>Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
<b>Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы</b>							
1,57	7,26	10,28	112,80	1*50	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
18,39	26,98	4,76	334,71	4/54	Омлет с сыром	200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
3,08	1,20	21,32	107,81	-	Батон пшеничный	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
<b>Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
<b>Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
1,57	7,26	10,28	112,80	1*50	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
18,39	26,98	4,76	334,71	4/54	Омлет с сыром	200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
3,08	1,20	21,32	107,81	-	Батон пшеничный	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	29,91
<b>Обед</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							442,34
<b>Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
1,57	7,26	10,28	112,80	1*50	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	29,91
<b>Обед</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22

2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<b>Итого за Комплекс</b>		<b>373,79</b>
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай с сахаром	200	
3,08	1,20	21,32	107,81	-	Батон пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	150	
							<b>149,52</b>
					<b>Итого за Комплекс</b>		<b>149,52</b>
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							<b>224,27</b>
					<b>Итого за Комплекс</b>		<b>224,27</b>
<b>Полдник</b>							
13,90	12,50	3,80	184,00	8*54	Гуляш из свинины	100	
3,50	2,70	22,40	131,00	5*54	Макаронные изделия отварные	150	
4,06	4,04	31,30	171,85	8 (2018 № 15)	Компот из свежих яблок	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	20	
					<b>Итого за Комплекс</b>		<b>128,00</b>
							<b>128,00</b>
<b>Комплекс №1 Альтернативное меню</b>							
1,57	7,26	10,28	112,80	1*50	Бутерброд с маслом 20/10	30	
6,50	6,00	31,20	206,00	2/58	Каша пшеничная молочная с маслом	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный	20	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	
					<b>Итого за Комплекс</b>		<b>149,52</b>
<b>Комплекс №2 Альтернативное меню</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
					<b>Итого за Комплекс</b>		<b>224,27</b>
<b>Комплекс №12 5-11 классы</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
					<b>Итого за Комплекс</b>		<b>207,36</b>
<b>ГПД СВО</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
					<b>Итого за Комплекс</b>		<b>130,88</b>
							<b>130,88</b>

Заведующий производством

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 17

Директор МАОУ СОШ № 17

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Нестерова Л.А.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<b>Обед</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							373,79

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91

**Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

442,34

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

*Итого за Комплекс*

176,94

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок слобный с яблоком	100	50,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		50,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		50,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

265,40

**Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	149,52
					<i>Итого за Комплекс</i>		149,52

**Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)**

17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	20	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
					<i>Итого за Комплекс</i>		149,52

*Итого за Комплекс*

149,52

**Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	224,27
					<i>Итого за Комплекс</i>		224,27

*Итого за Комплекс*

224,27

**Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)**

1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	

15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							224,27
<b>Итого за Комплекс</b>							<b>224,27</b>
<b>Комплекс №10 Суп 1-11 классы</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	30	2,70
<b>Итого за Комплекс</b>							<b>74,42</b>
<b>Комплекс №11 Булочка 1-11 классы</b>							
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	50,00
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
<b>Итого за Комплекс</b>							<b>67,22</b>
<b>Комплекс №8 ГПД Суп 1-4 классы</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<b>Итого за Комплекс</b>							<b>224,27</b>
<b>ГПД СВО</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<b>Итого за Комплекс</b>							<b>130,88</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Кузин Е.Е.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 19

Директор МАОУ СОШ № 19

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Белова С.А.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<b>Обед</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							373,79

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91

**Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

442,34

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

*Итого за Комплекс*

176,94

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок слобный с яблоком	100	50,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		50,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		50,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

265,40

**Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	149,52
					<i>Итого за Комплекс</i>		149,52

**Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)**

17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	20	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
					<i>Итого за Комплекс</i>		149,52

*Итого за Комплекс*

149,52

**Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	224,27
					<i>Итого за Комплекс</i>		224,27

*Итого за Комплекс*

224,27

**Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)**

1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	

15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							224,27
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
<b>Комплекс №13 ГПД с супом и булочкой</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	220	118,49
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,97	0,54	15,03	86,85	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Булочное изделие в асс.	100	50,00
<i>Итого за Комплекс</i>							235,00
<b>ГПД СВО</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	130,88
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Ветрова И.В.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 64

Директор МАОУ СОШ № 64

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Бурляева Н.Н.

Пищевые вещества		Kкал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<b>Обед</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							373,79

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы**
**Завтрак**

3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91

**Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		442,34

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<i>Итого за Комплекс</i>		176,94

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Булочное изделие в асс.	100	50,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		50,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		50,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		265,40

**Комплекс №8 Напиток 1-11 классы**

5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	10,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		10,00

**Комплекс №16 1-4 классы 2 смена**

1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<i>Итого за Комплекс</i>		224,27

**ГПД СВО**

11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
					<i>Итого за Комплекс</i>		130,88

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Видяпина А.В.

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 85

Директор МАОУ СОШ № 85

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Вашук Н.А.

Пищевые вещества		Kкал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<b>Обед</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							373,79

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91

**Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

**Итого за Комплекс**

442,34

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Итого за Комплекс**

176,94

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок слобный с яблоком	100	50,00
					<b>Итого за Комплекс</b>		50,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
					<b>Итого за Комплекс</b>		50,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

**Итого за Комплекс**

265,40

**Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	149,52
					<b>Итого за Комплекс</b>		149,52

**Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)**

17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	20	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
					<b>Итого за Комплекс</b>		149,52

**Итого за Комплекс**

149,52

**Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	224,27
					<b>Итого за Комплекс</b>		224,27

**Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)**

1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	

15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							224,27
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
<b>Комплекс №10 Полдник</b>							
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	50,00
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
<i>Итого за Комплекс</i>							67,22
<b>ГПД СВО</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88
Заведующий производством _____ Зарипова А.А.							

меню подписано в электронном виде

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

## МАОУ СОШ № 109

Директор МАОУ лицей № 109

Поматилов С. С.

## Меню на 27 января 2026 года\*

Чудинова С.С.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<i>Итого за Комплекс</i>		176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		265,40
<b>Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<b>Обед</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		442,34
<b>Комплекс №5 5-11 классы</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<i>Итого за Комплекс</i>		176,94
<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>							
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Булочное изделие в асс.	70	50,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		50,00
<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		50,00
<b>Комплекс №9 5-11 Обед</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		265,40
<b>Комплекс №3 (свободный выбор)</b>							
22,30	10,33	19,27	146,55	7*85	Шашлычок из курицы в сметане с луком	100	188,00
2,22	4,38	16,97	121,10	5*58	Картофель по-деревенски	150	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	

						<i>Итого за Комплекс</i>		188,00
<b>Комплекс №4 (свободный выбор)</b>								
12,24	55,42	23,40	146,87	17*1	Bифштекс с помидором	100		188,00
2,80	2,00	25,00	129,20	5*2	Гречка с овощами	150		
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200		
<i>Итого за Комплекс</i>								188,00
<b>Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>								
3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30		176,94
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130		
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200		
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40		
<i>Итого за Комплекс</i>								176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>								
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	100		265,40
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250		
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250		
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200		
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50		
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50		
<i>Итого за Комплекс</i>								265,40
<b>Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)</b>								
17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200		176,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200		
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	40		
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	40		
0,60	0,60	17,40	73,02	-	Фрукт свежий	130		
<i>Итого за Комплекс</i>								176,94
<b>Комплекс №2 5 -11 классы (безмолочное меню)</b>								
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	100		265,40
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250		
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250		
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	50		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	50		
<i>Итого за Комплекс</i>								265,40

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Сажаева А.А.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Директор МАОУ лицей № 109

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Чудинова С.С.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд			Выход, г	Цена, руб		
Белки	Жиры			Комплекс №1 1-4 классы 1 смена						
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>										
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10		30	28,15		
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром		150	80,35		
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200	9,31		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80		
1,04	0,39	14,95	68,90	-	Мандарин		130	29,91		
<i>Итого за Комплекс</i>								149,52		
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>										
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		80	42,18		
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00		
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		200	107,67		
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный		40	3,60		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной		40	3,60		
<i>Итого за Комплекс</i>								224,27		
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>										
<b>Завтрак</b>										
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10		30	28,15		
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром		150	80,35		
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200	9,31		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80		
1,04	0,39	14,95	68,90	-	Мандарин		130	29,91		
<i>Итого за Комплекс</i>								373,79		
<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>										
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком		100	50,00		
<i>Итого за Комплекс</i>								50,00		
<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>										
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00		
<i>Итого за Комплекс</i>								50,00		
<b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>										
3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд с маслом 20/10		30	149,52		
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130			
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром		200			
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара		200			
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной		20			
<i>Итого за Комплекс</i>								149,52		
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>										
17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой		200	149,52		
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200			
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный		20			
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной		20			
0,80	0,30	11,50	53,00	-	Мандарин		100			
<i>Итого за Комплекс</i>								149,52		
<b>Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>										
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		80	149,52		
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250			
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		200			
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара		200			
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный		40			
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной		40			

							224,27
						<i>Итого за Комплекс</i>	224,27
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							224,27
					<i>Итого за Комплекс</i>		224,27
<b>Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)</b>							
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок слобный с яблоком	100	50,00
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
					<i>Итого за Комплекс</i>		67,22
<b>Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<i>Итого за Комплекс</i>		224,27
<b>ГПД СВО</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
					<i>Итого за Комплекс</i>		130,88
							130,88

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Давтян Н. Г.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Директор МАОУ СОШ № 181

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Корнильцева М.С.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
<b>Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>							442,34
<b>Обед</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							442,34
<b>Комплекс №5 5-11 классы</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>							
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	50,00
<i>Итого за Комплекс</i>							50,00
<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
<i>Итого за Комплекс</i>							50,00
<b>Комплекс №9 5-11 Обед</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
<b>Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
<b>Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)</b>							
17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	

0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	40	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	40	
0,60	0,60	17,40	73,02	-	Фрукт свежий	130	
							176,94
					<i>Итого за Комплекс</i>		176,94
<b>Комплекс №2 5 -11 классы (безмолочное меню)</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	50	265,40
					<i>Итого за Комплекс</i>		265,40
<b>Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	265,40
					<i>Итого за Комплекс</i>		265,40
<b>Комплекс №8 1-11 классы</b>							
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	50,00
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,97	0,27	21,06	100,80	-	Хлеб вит. пшеничный	45	4,18
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<i>Итого за Комплекс</i>		125,00

Андреева Л. В.  
Заведующий производством \_\_\_\_\_

меню подписано в электронном виде

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Директор МАОУ СОШ № 181

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Корнильцева М.С.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд			Выход, г	Цена, руб		
Белки	Жиры			Комплекс №1 1-4 классы 1 смена						
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>										
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10		30	28,15		
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром		150	80,35		
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200	9,31		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80		
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130	29,91		
<i>Итого за Комплекс</i>								149,52		
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>										
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		80	42,18		
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00		
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		200	107,67		
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный		40	3,60		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной		40	3,60		
<i>Итого за Комплекс</i>								224,27		
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>										
<b>Завтрак</b>										
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10		30	28,15		
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром		150	80,35		
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200	9,31		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80		
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130	29,91		
<i>Итого за Комплекс</i>								373,79		
<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>										
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком		100	50,00		
<i>Итого за Комплекс</i>								50,00		
<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>										
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00		
<i>Итого за Комплекс</i>								50,00		
<b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>										
3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд с маслом 20/10		30	149,52		
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130			
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром		200			
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара		200			
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной		20			
<i>Итого за Комплекс</i>								149,52		
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>										
17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой		200	149,52		
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200			
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный		20			
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной		20			
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130			
<i>Итого за Комплекс</i>								149,52		
<b>Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>										
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		80	149,52		
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250			
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		200			
0,14	0,10	21,64	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара		200			
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный		40			
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной		40			

							224,27
						<i>Итого за Комплекс</i>	224,27
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							224,27
					<i>Итого за Комплекс</i>	224,27	
<b>Комплекс №8 1-11 классы</b>							
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	50,00
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,97	0,27	21,06	100,80	-	Хлеб вит. пшеничный	45	4,18
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<i>Итого за Комплекс</i>	125,00	
<b>ГПД СВО</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	
					<i>Итого за Комплекс</i>	220,51	

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Сыскова А.Р.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ Гимназия № 5

Директор МАОУ Гимназия № 5

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Сорокина А.Ф.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
<b>Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<b>Обед</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							442,34
<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>							
6,40	8,00	54,80	315,00	13*30	Манник	100	50,00
<i>Итого за Комплекс</i>							50,00
<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
<i>Итого за Комплекс</i>							50,00
<b>Комплекс суп 185</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	220	114,18
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
2,97	0,54	15,03	86,85	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							185,00
<b>Комплекс выпечка 185</b>							
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	220	114,18
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
2,97	0,54	15,03	86,85	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
6,40	8,00	54,80	315,00	13*30	Манник	100	50,00
<i>Итого за Комплекс</i>							185,00
<b>Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94

						<i>Итого за Комплекс</i>	176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	
						265,40	
						<i>Итого за Комплекс</i>	265,40
<b>Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)</b>							
17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	40	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	40	
0,60	0,60	17,40	73,02	-	Фрукт свежий	130	
						176,94	
						<i>Итого за Комплекс</i>	176,94
<b>Комплекс №2 5 -11 классы (безмолочное меню)</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	50	
						265,40	
						<i>Итого за Комплекс</i>	265,40
<b>ГПД СВО</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
						130,88	
						<i>Итого за Комплекс</i>	130,88

Заведующий производством \_\_\_\_\_

меню подписано в электронном виде

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ Гимназия № 5

Директор МАОУ Гимназия № 5

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Сорокина А.Ф.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<b>Обед</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							373,79
<b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	20	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
<b>Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27

**ГПД СВО**

11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	130,88
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88

Заведующий производством \_\_\_\_\_

меню подписано в электронном виде

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 55

Директор МАОУ СОШ № 55

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Шаерман Л.В.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91
<b>Обед</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							373,79

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы**
**Завтрак**

3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	28,15
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	29,91

**Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

**Итого за Комплекс**

442,34

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Итого за Комплекс**

176,94

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	50,00
					<b>Итого за Комплекс</b>		50,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
					<b>Итого за Комплекс</b>		50,00

**Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" 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)**

17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	20	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	149,52

**Итого за Комплекс**

149,52

**Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	224,27
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	

**Итого за Комплекс**

224,27

**Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)**

1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	224,27
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	

**Итого за Комплекс**

224,27

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 154

Меню на 27 января 2026 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 154

Валамина О.В.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд			Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы				
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>								
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10		30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром		150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>								149,52
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>								
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный		40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной		40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>								224,27
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>								
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец		30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный		40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной		40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>								176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>								
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный		50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной		50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>								265,40
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>								
<b>Завтрак</b>								
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10		30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром		150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130	29,91
<b>Обед</b>								
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный		40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной		40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>								373,79
<b>Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы</b>								
<b>Завтрак</b>								
3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10		30	28,15
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром		200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130	29,91
<b>Обед</b>								
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22

3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		442,34
					<b>Комплекс №5 5-11 классы</b>		
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<i>Итого за Комплекс</i>		176,94
					<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>		
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Булочное изделие в асс.	80	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00
					<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>		
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00
					<b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>		
3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	149,52
					<i>Итого за Комплекс</i>		149,52
					<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>		
17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	20	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	149,52
					<i>Итого за Комплекс</i>		149,52
					<b>Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>		
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	224,27
					<i>Итого за Комплекс</i>		224,27
					<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>		
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	224,27
					<i>Итого за Комплекс</i>		224,27
					<b>Комплекс №2, 1-3 класс</b>		
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,55
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,56
					<i>Итого за Комплекс</i>		184,00
					<b>Комплекс №11</b>		
9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочка домашняя	80	
1,00	0,20	20,20	86,00		Сок в асс.	200	72,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		72,00

Заведующий производством

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МБОУ гимназия №161

Директор МБОУ №161

Поматилов С. С.

Меню на 27 января 2026 года\*

Белоцерковская А.Р.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд			Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы				
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>								
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10		30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром		150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130	29,91
<i>Итого за Комплекс</i>								149,52
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>								
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный		40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной		40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>								224,27
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>								
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец		30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный		40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной		40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>								176,94
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>								
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный		50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной		50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>								265,40
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>								
<b>Завтрак</b>								
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10		30	28,15
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром		150	80,35
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130	29,91
<b>Обед</b>								
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		80	42,18
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		200	107,67
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный		40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной		40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>								373,79
<b>Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы</b>								
<b>Завтрак</b>								
3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10		30	28,15
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром		200	107,77
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром		200	9,31
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной		20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко		130	29,91
<b>Обед</b>								
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		200	17,22

3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		442,34
<b>Комплекс №5 5-11 классы</b>							
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	17,93
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<i>Итого за Комплекс</i>		176,94
<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>							
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Булочное изделие в асс.	100	50,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		50,00
<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		50,00
<b>Комплекс №9 5-11 Обед</b>							
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	54,59
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	50,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	134,59
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	17,22
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		265,40
<b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	149,52
					<i>Итого за Комплекс</i>		149,52
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	20	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
							149,52
					<i>Итого за Комплекс</i>		149,52
<b>Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							224,27
					<i>Итого за Комплекс</i>		224,27
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							224,27
					<i>Итого за Комплекс</i>		224,27

Заведующий производством \_\_\_\_\_