

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
9,98	10,81	43,48	308,26	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							224,27
Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
1,54	0,60	10,02	54,00	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,56	0,28	13,72	59,64	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы							
14,10	21,10	6,00	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
5,33	10,75	13,58	171,67	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
28,25	12,25	19,75	305,00	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,14	0,10	1,50	83,96	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
Итого за Комплекс							265,40
Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
1,54	0,60	10,02	54,00	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,56	0,28	13,72	59,64	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
14,10	21,10	6,00	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
5,33	10,75	13,58	171,67	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
28,25	12,25	19,75	305,00	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,14	0,10	1,50	83,96	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
Итого за Комплекс							442,34
Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
9,98	10,81	43,48	308,26	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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>							373,79
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
5,10	4,60	0,30	63,00	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	149,52
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (MP 2.4.0162-19 № 54-26к-2020)	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
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	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
Полдник							
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Филе куриное тушеное с овощами	100	128,00
3,50	2,70	22,40	131,00	5*54	Макаронные изделия отварные	150	
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Чай лимонный	200	
1,98	0,18	14,04	67,20	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							128,00
Комплекс №1 Альтернативное меню							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	149,52
9,98	10,81	43,48	308,26	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
Комплекс №2 Альтернативное меню							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	224,27
4,27	22,10	22,87	154,40	6*2	Суп-пюре гороховый с гречками	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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	
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
Комплекс №12 5-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	207,36
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай с сахаром	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб вит. ржаной	50	
<i>Итого за Комплекс</i>							207,36
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	130,88
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88

Заведующий производством

Согласовано
Директор ООО "Комфорт"
Поматиллов С. С.

ООО "Комфорт"
МАОУ СОШ № 17
Меню на 21 января 2026 года*

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 17
Нестерова Л.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							373,79

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	149,52
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	
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	149,52
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (MP 2.4.0162.10 №	Каша вязкая пшениная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	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							224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	224,27

<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
Комплекс №10 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							75,80
Комплекс №11 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	18,60
<i>Итого за Комплекс</i>							68,60
Комплекс №8 ГПД Суп 1-4 классы							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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>							224,27
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88

Заведующий производством _____ Кузин Е.Е.

Поматилов С. С.

Меню на 21 января 2026 года*

Белова С.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							373,79

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	149,52
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	
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	149,52
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (MP 2.4.0162.10 №	Каша вязкая пшениная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
							149,52
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	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							224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							224,27
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
							224,27
Итого за Комплекс							224,27
Комплекс №13 ГПД с супом и булочкой							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	114,99
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
1,19	0,11	8,42	40,32	-	Хлеб вит. пшеничный	18	1,41
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
Итого за Комплекс							235,00
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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

Заведующий производством _____ Ветрова И.В.

Поматилов С. С.

Меню на 21 января 2026 года*

Бурляева Н.Н.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							373,79

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочное изделие в асс.	100	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №8 Напиток 1-11 классы							
5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	10,00
Итого за Комплекс							10,00
Комплекс №16 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							224,27
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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

Заведующий производством _____ Видяпина А.В.

Поматилов С. С.

Меню на 21 января 2026 года*

Ващук Н.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							373,79

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	149,52
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	
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	149,52
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (MP 2.4.0162.10 №	Каша вязкая пшениная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
							149,52
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	

2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	224,27
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
Итого за Комплекс							224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
Итого за Комплекс							224,27
Комплекс №10 Полдник							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	18,60
Итого за Комплекс							68,60
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	130,88
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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

Заведующий производством _____ Зарипова А.А.

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чудинова С.С. |

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочное изделие в асс.	70	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №15 (меню свободного выбора)							
13,90	12,50	3,80	184,00	8*12	Свинина запеченная под сыром с овощами	100	188,00
2,80	2,00	25,00	129,20	9*60	Греча с овощами	150	
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
Итого за Комплекс							188,00
Комплекс №16 (меню свободного выбора)							

13,90	12,50	3,80	184,00	8*12	Биточек куриный	100	188,00
2,22	4,38	16,97	121,10	5*51	Рис с овощами	150	
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
<i>Итого за Комплекс</i>							188,00
Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	50	176,94
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	250	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	265,40
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	50	
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)							
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	176,94
7,04	14,26	45,20	335,94	2/74	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	250	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	100	265,40
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57-1	Суп картофельный с бобовыми без масла сливочного	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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

Заведующий производством _____ Сажаева А.А.

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							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							224,27
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							373,79
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочное изделие в асс.	90	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	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)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	149,52
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	
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	149,52
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (МР 2.4.0162.10 №	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	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	224,27
Итого за Комплекс							224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							

2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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>							224,27
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	130,88
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 181

Корнильцева М.С.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	50	176,94
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	250	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	20	
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							

2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	265,40
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	50	
Итого за Комплекс							
Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)							
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	176,94
7,04	14,26	45,20	335,94	2/74	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	250	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	100	265,40
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57-1	Суп картофельный с бобовыми без масла сливочного	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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	
Комплекс №8 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
5,76	5,44	33,12	210,40	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
1,98	0,18	14,04	67,20	-	Хлеб вит. пшеничный	30	2,70
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							123,10

Заведующий производством _____ Андреева Л. В.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							224,27
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							373,79
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	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)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	149,52
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	
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	149,52
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (MP 2.4.0162.10 №	Каша вязкая пшенная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	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	224,27
Итого за Комплекс							224,27

Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
Итого за Комплекс							224,27
Комплекс №8 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
5,76	5,44	33,12	210,40	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
1,98	0,18	14,04	67,20	-	Хлеб вит. пшеничный	30	2,70
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							123,10
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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	
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	
Итого за Комплекс							220,51

Заведующий производством _____ Сыскова А.Р.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
Итого за Комплекс							50,00
Комплекс суп 185							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
1,19	0,11	8,42	40,32	-	Хлеб вит. пшеничный	18	1,41
Итого за Комплекс							185,00
Комплекс выпечка 185							
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
1,19	0,11	8,42	40,32	-	Хлеб вит. пшеничный	18	1,41
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
Итого за Комплекс							185,00
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88
Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	50	
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	250	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11, 8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	50	265,40
<i>Итого за Комплекс</i>							265,40
Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)							
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	
7,04	14,26	45,20	335,94	2/74	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	250	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	100	
12,44	7,77	25,16	208,00	6/57-1	Суп картофельный с бобовыми без масла сливочного	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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

Заведующий производством _____

Согласовано

Директор МАОУ Гимназия № 5

Сорокина А.Ф.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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>							224,27
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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>							373,79

Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	
							149,52
<i>Итого за Комплекс</i>							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	2/72 (MP 2 4 0162-19 №	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
							149,52
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	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	
							224,27
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
							224,27
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88

Заведующий производством _____

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 55

Шаерман Л.В.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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>							224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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>							373,79
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
<i>Итого за Комплекс</i>							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
<i>Итого за Комплекс</i>							50,00
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	149,52
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	149,52
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (MP 2.4.0162.19 № 12/8)	Каша вязкая пшенная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	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	
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	130,88
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88

Заведующий производством _____

Поматилов С. С.

Меню на 21 января 2026 года*

Валамина О.В.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
15,00	3,10	6,70	116,00	9*11	Фрикаделька "Школьная"	90	84,88
5,00	4,10	21,70	146,00	5*53	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	49,02
0,20	0,00	13,70	53,00	11*53	Чай с сахаром	200	8,42
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							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	37,08
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
18,30	5,40	3,00	134,00	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	90	77,58
2,46	2,32	25,85	134,19	5*56	Каша рисовая рассыпчатая	150	37,41
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,69
18,30	5,40	3,00	134,00	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	100	96,56
2,46	2,32	25,85	134,19	5*56	Каша рисовая рассыпчатая	180	44,89
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	46,35
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
18,30	5,40	3,00	134,00	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	100	96,56
2,46	2,32	25,85	134,19	5*56	Каша рисовая рассыпчатая	180	44,89
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
15,00	3,10	6,70	116,00	9*11	Фрикаделька "Школьная"	90	84,88
5,00	4,10	21,70	146,00	5*53	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	49,02
0,20	0,00	13,70	53,00	11*53	Чай с сахаром	200	8,42
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
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	37,08
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
18,30	5,40	3,00	134,00	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	90	77,58
2,46	2,32	25,85	134,19	5*56	Каша рисовая рассыпчатая	150	37,41
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							373,79

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
15,00	3,10	6,70	116,00	9*11	Фрикаделька "Школьная"	100	99,39
5,00	4,10	21,70	146,00	5*53	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	180	61,38
0,20	0,00	13,70	53,00	11*53	Чай с сахаром	200	8,42
2,97	0,27	21,06	100,80	-	Хлеб вит. пшеничный	45	4,15
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	46,35
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
18,30	5,40	3,00	134,00	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	100	96,56
2,46	2,32	25,85	134,19	5*56	Каша рисовая рассыпчатая	180	44,89
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,69
18,30	5,40	3,00	134,00	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	100	96,56
2,46	2,32	25,85	134,19	5*56	Каша рисовая рассыпчатая	180	44,89
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	80	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	42,00
Итого за Комплекс							42,00
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
18,30	5,40	3,00	134,00	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	90	
2,46	2,32	25,85	134,19	5*56	Каша рисовая рассыпчатая	150	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
Итого за Комплекс							130,88
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
18,30	5,40	3,00	134,00	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	90	77,58
2,46	2,32	25,85	134,19	5*56	Каша рисовая рассыпчатая	140	34,22
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							184,00
Комплекс №11 Булочка 1-11 классы							
6,88	7,20	42,64	264,80	-	Булочное изделие в асс.	80	42,00
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
Итого за Комплекс							60,60

Заведующий производством _____

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МБОУ гимназия №161

Директор МБОУ №161

Поматиллов С. С.

Меню на 21 января 2026 года*

Белоцерковская А.Р.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Итого за Комплекс							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
Итого за Комплекс							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	50,08
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	53,69
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	17,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	33,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	114,99
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							373,79
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	59,59
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	63,92
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	23,51
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	26,32
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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
<i>Итого за Комплекс</i>							176,94
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	50,00
<i>Итого за Комплекс</i>							50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
<i>Итого за Комплекс</i>							50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	45,83
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	50,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	141,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	18,60
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 №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	149,52
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	149,52
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (МР 2.4.0162.10 №	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	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	
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	224,27
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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	
<i>Итого за Комплекс</i>							224,27
ГПД СВО							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	130,88
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88

Заведующий производством _____