Согласовано | ООО "Комфорт" | Согласовано

Директор ООО "Комфорт" | Гимназия Арт-Этюд | Директор

Поматилов С. С. | Меню на 30 сентября 2026 года* | Семёнова А.А.

| Пищевые вещества | | | Ккал | № ТТК | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| **Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы** | | | | | | | |
| 5,14 | 5,23 | 10,28 | 148,51 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 43,69 |
| 10,20 | 10,72 | 39,52 | 254,30 | 2/60 | Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным | 210 | 47,43 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 40 | 27,40 |
| 3,00 | 3,20 | 14,40 | 96,00 | 11/12 | Чай с молоком | 200 | 29,20 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,80 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 28,22 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 81,04 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 47,37 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 14,04 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | 1,80 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,80 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы** | | | | | | | |
| 4,30 | 2,10 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 54,72 |
| 12,30 | 16,90 | 41,36 | 296,30 | 2/60 | Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным | 250 | 62,02 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 40 | 27,40 |
| 3,00 | 3,20 | 14,40 | 96,00 | 11/12 | Чай с молоком | 200 | 29,20 |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | 3,60 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 38,59 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панировааные в сухарях | 100 | 96,93 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 56,84 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 14,04 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,30 | 2,10 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 54,72 |
| 12,30 | 16,90 | 41,36 | 296,30 | 2/60 | Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным | 250 | 62,02 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 40 | 27,40 |
| 3,00 | 3,20 | 14,40 | 96,00 | 11/12 | Чай с молоком | 200 | 29,20 |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | 3,60 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 38,59 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панировааные в сухарях | 100 | 96,93 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 56,84 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 14,04 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,14 | 5,23 | 10,28 | 148,51 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 43,69 |
| 10,20 | 10,72 | 39,52 | 254,30 | 2/60 | Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным | 210 | 47,43 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 40 | 27,40 |
| 3,00 | 3,20 | 14,40 | 96,00 | 11/12 | Чай с молоком | 200 | 29,20 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,80 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 28,22 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 81,04 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 47,37 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 14,04 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | 1,80 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,80 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |
| | | | | | **Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)** | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 7,98 | 10,37 | 41,04 | 287,13 | 2/72 | Каша вязкая пшенная на воде с растительным маслом | 200 | |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 40 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 1,54 | 0,60 | 10,66 | 53,90 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| | | | | | **Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)** | | |
| 1,07 | 2,42 | 15,97 | 83,94 | 7/12 | Салат из моркови и сахара с маслом растительным | 80 | |
| 11,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 4,26 | 22,92 | 141,83 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | 224,27 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| | | | | | **Полдник** | | |
| 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 | |
| 0,40 | 0,20 | 16,10 | 69,00 | 11*73 | Компот из свежих яблок | 200 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,67 | - | Хлеб вит. ржаной | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб вит. пшеничный | 20 | 128,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 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 | |
| 3,69 | 9,71 | 9,39 | 139,79 | 2/60 | Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным | 210 | |
| 0,67 | 0,40 | 38,13 | 154,67 | 12*2 | Соус из малины | 40 | |
| 3,60 | 2,70 | 22,90 | 127,00 | 11*51 | Какао с молоком | 200 | |
| 6,60 | 0,60 | 46,80 | 224,00 | - | Хлеб вит. пшеничный | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| | | | | | **Комплекс №2 Альтернативное меню** | | |
| 1,07 | 2,42 | 9,68 | 83,94 | 7*19 | Салат из моркови, сахара и изюма | 80 | |
| 5,33 | 10,75 | 13,58 | 171,67 | 6*21 | Борщ с капустой без картофеля со сметаной | 200 | |
| 19,80 | 20,12 | 9,77 | 256,84 | 8*30 | Филе куриное отварное | 90 | |
| 3,30 | 4,20 | 21,15 | 138,00 | 5*58 | Пюре картофельное | 150 | 224,27 |
| 0,80 | 0,30 | 30,90 | 128,00 | 11*53 | Напиток из плодов шиповника | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб вит. пшеничный | 40 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,68 | - | Хлеб вит. ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| | | | | | **Комплекс №12 5-11 классы** | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панироованые в сухарях | 100 | |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 207,36 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 207,36 |
| | | | | | **ГПД СВО** | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 1,32 | 0,12 | 9,36 | 44,80 | - | Хлеб вит. пшеничный | 20 | |
| 1,32 | 0,24 | 6,68 | 38,60 | - | Хлеб вит. ржаной | 20 | 130,88 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 130,88 |

Заведующий производством _____

меню подписано в электронном виде

Согласовано | ООО "Комфорт" | Согласовано

Директор ООО "Комфорт" | МАОУ СОШ № 17 | Директор МАОУ СОШ № 17

Поматилов С. С. | Меню на 30 сентября 2026 года* | Нестерова Л.А.

| Пищевые вещества | | | Ккал | № ТТК | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| **Комплекс №1 1-4 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | | | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | | | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,98 | 9,60 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 66,39 |
| 10,61 | 10,17 | 37,90 | 276,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 64,45 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 14,85 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №5 5-11 классы** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №9 5-11 Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 7,23 | 9,52 | 5,80 | 110,60 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 210 | |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,68 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,07 | 2,42 | 15,97 | 83,94 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 80 | |
| 9,00 | 9,10 | 48,50 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 2,70 | 4,00 | 21,53 | 124,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 224,27 |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 224,27 |
| 11,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 4,26 | 22,92 | 141,83 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №10 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 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* | | 72,83 |
| **Комплекс №11 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 100 | 50,00 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 65,63 |
| **Комплекс №8 ГПД Суп 1-4 классы** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 130,88 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 130,88 |

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 30 сентября 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** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,98 | 9,60 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 66,39 |
| 10,61 | 10,17 | 37,90 | 276,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 64,45 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 14,85 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №5 5-11 классы** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №9 5-11 Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 7,23 | 9,52 | 5,80 | 110,60 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 210 | |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,68 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,07 | 2,42 | 15,97 | 83,94 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 80 | |
| 9,00 | 9,10 | 48,50 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 2,70 | 4,00 | 21,53 | 124,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 224,27 |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 224,27 |
| 11,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 4,26 | 22,92 | 141,83 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №13 с супом и булочкой** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 235,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 27 | |
| 7,78 | 3,92 | 28,62 | 180,85 | - | Булочное изделие в асс. | 80 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 235,00 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 130,88 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 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 30 сентября 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** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,98 | 9,60 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 66,39 |
| 10,61 | 10,17 | 37,90 | 276,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 64,45 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 14,85 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №5 5-11 классы** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №9 5-11 Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб 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** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 130,88 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 130,88 |

Заведующий производством _____ Видяпина А.В.

меню подписано в электронном виде

Согласовано | ООО "Комфорт" | Согласовано

Директор ООО "Комфорт" | МАОУ СОШ № 85 | Директор МАОУ СОШ № 85

Поматилов С. С. | Меню на 30 сентября 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** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,98 | 9,60 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 66,39 |
| 10,61 | 10,17 | 37,90 | 276,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 64,45 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 14,85 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №5 5-11 классы** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №9 5-11 Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 7,23 | 9,52 | 5,80 | 110,60 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 210 | |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,68 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,07 | 2,42 | 15,97 | 83,94 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 80 | |
| 9,00 | 9,10 | 48,50 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 2,70 | 4,00 | 21,53 | 124,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 224,27 |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 224,27 |
| 11,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 4,26 | 22,92 | 141,83 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №10 Полдник** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 65,63 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 130,88 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 130,88 |

Заведующий производством _____ Зарипова А.А.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 30 сентября 2026 года*

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** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,98 | 9,60 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 66,39 |
| 10,61 | 10,17 | 37,90 | 276,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 64,45 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 14,85 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №5 5-11 классы** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №9 5-11 Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №5 (свободный выбор)** | | | | | | | |
| 17,56 | 10,86 | 30,66 | 290,62 | 8*29 | Филе минтая по-милански | 100 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 188,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 188,00 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс №6 (свободный выбор)** | | | | | | | |
| 13,70 | 25,40 | 35,80 | 430,00 | 8*27 | Котлета мясная с сыром | 250 | |
| 3,50 | 2,70 | 22,40 | 131,00 | 5*54 | Макаронные изделия отварные | 200 | |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 188,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 188,00 |
| **Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 6,23 | 14,50 | 12,85 | 207,94 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | |
| 3,00 | 3,20 | 14,00 | 96,00 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | - | Хлеб ржаной | 50 | |
| | | | | | | | 176,94 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,34 | 3,03 | 19,97 | 104,92 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 100 | |
| 5,55 | 12,08 | 17,95 | 199,79 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 27,50 | 32,89 | 88,00 | 533,84 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 100 | 265,40 |
| 0,26 | 0,06 | 0,48 | 55,61 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб ржаной | 50 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 6,11 | 5,53 | 0,34 | 75,46 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 250 | |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 40 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 3,08 | 1,20 | 21,32 | 107,80 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | 176,94 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 1,34 | 3,03 | 19,97 | 104,92 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | |
| 5,55 | 12,08 | 17,95 | 199,79 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 18,30 | 16,90 | 6,10 | 251,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 100 | |
| 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,61 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 180 | 265,40 |
| 0,80 | 0,33 | 36,17 | 138,10 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб ржаной | 50 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |

Заведующий производством _____ Сажаева А.А.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 30 сентября 2026 года*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чудинова С.С.

| Пищевые вещества | | | Ккал | № ТТК | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| **Комплекс №1 1-4 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 7,23 | 9,52 | 5,80 | 110,60 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 210 | |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,68 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,07 | 2,42 | 15,97 | 83,94 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 80 | |
| 9,00 | 9,10 | 48,50 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | 224,27 |
| 2,70 | 4,00 | 21,53 | 124,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 224,27 |
| 11,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 4,26 | 22,92 | 141,83 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комлпекс №10 ГПД (булочка + чай)** | | | | | | | |
| 7,78 | 3,92 | 28,62 | 180,85 | - | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 65,63 |
| **Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 130,88 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 130,88 |
| **Комплекс №11 Полдник** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 100 | 50,00 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 65,63 |

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Меню на 30 сентября 2026 года*

Согласовано

и.о.директора МАОУ СОШ №181

Прокопеня С.В.

| Пищевые вещества | | | Ккал | № ТТК | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| **Комплекс №2 5-11 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,98 | 9,60 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 66,39 |
| 10,61 | 10,17 | 37,90 | 276,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 64,45 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 14,85 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №5 5-11 классы** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №9 5-11 Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6,23 | 14,50 | 12,85 | 207,94 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | |
| 3,00 | 3,20 | 14,00 | 96,00 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | - | Хлеб ржаной | 50 | 176,94 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 6,11 | 5,53 | 0,34 | 75,46 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 250 | |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 40 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 3,08 | 1,20 | 21,32 | 107,80 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | 176,94 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 1,34 | 3,03 | 19,97 | 104,92 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | |
| 5,55 | 12,08 | 17,95 | 199,79 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 18,30 | 16,90 | 6,10 | 251,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 100 | |
| 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,61 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 180 | 265,40 |
| 0,80 | 0,33 | 36,17 | 138,10 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб ржаной | 50 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,34 | 3,03 | 19,97 | 104,92 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 100 | |
| 5,55 | 12,08 | 17,95 | 199,79 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 27,50 | 32,89 | 88,00 | 533,84 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 100 | |
| 0,26 | 0,06 | 0,48 | 55,61 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 265,40 |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб ржаной | 50 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №8 1-11 классы** | | | | | | | |
| 5,55 | 5,89 | 17,95 | 159,79 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | |
| 0,80 | 0,33 | 36,17 | 138,10 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 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 | 125,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 125,00 |

Заведующий производством _____ Андреева Л. В.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Меню на 30 сентября 2026 года*

Согласовано

и.о.директора МАОУ СОШ №181

Прокопеня С.В.

| Пищевые вещества | | | Ккал | № ТТК | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| **Комплекс №1 1-4 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 7,23 | 9,52 | 5,80 | 110,60 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 210 | |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,68 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,07 | 2,42 | 15,97 | 83,94 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 80 | |
| 9,00 | 9,10 | 48,50 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | 224,27 |
| 2,70 | 4,00 | 21,53 | 124,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 224,27 |
| 11,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 4,26 | 22,92 | 141,83 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №8 1-11 классы** | | | | | | | |
| 5,55 | 5,89 | 17,95 | 159,79 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 125,00 |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | |
| 0,80 | 0,33 | 36,17 | 138,10 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 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* | | 125,00 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 5,55 | 5,89 | 17,95 | 159,79 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 220,51 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,80 | 0,33 | 36,17 | 138,10 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 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 | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 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 30 сентября 2026 года* | Сорокина А.Ф.

| Пищевые вещества | | | Ккал | № ТТК | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| **Комплекс №2 5-11 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,98 | 9,60 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 66,39 |
| 10,61 | 10,17 | 37,90 | 276,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 64,45 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 14,85 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс суп 185** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 2,70 | 4,00 | 21,53 | 124,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 1,65 | 0,15 | 11,70 | 56,00 | - | Хлеб вит. пшеничный | 25 | 185,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 185,00 |
| **Комплекс выпечка 185** | | | | | | | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 2,70 | 4,00 | 21,53 | 124,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 1,65 | 0,15 | 11,70 | 56,00 | - | Хлеб вит. пшеничный | 25 | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 185 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 185,00 |
| **Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 6,23 | 14,50 | 12,85 | 207,94 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3,00 | 3,20 | 14,00 | 96,00 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | - | Хлеб ржаной | 50 | 176,94 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,34 | 3,03 | 19,97 | 104,92 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 100 | |
| 5,55 | 12,08 | 17,95 | 199,79 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 27,50 | 32,89 | 88,00 | 533,84 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 100 | 265,40 |
| 0,26 | 0,06 | 0,48 | 55,61 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб ржаной | 50 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 6,11 | 5,53 | 0,34 | 75,46 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 250 | |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 40 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 3,08 | 1,20 | 21,32 | 107,80 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | 176,94 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 1,34 | 3,03 | 19,97 | 104,92 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | |
| 5,55 | 12,08 | 17,95 | 199,79 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 18,30 | 16,90 | 6,10 | 251,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 100 | 265,40 |
| 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,61 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 180 | |
| 0,80 | 0,33 | 36,17 | 138,10 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | |
| 3,30 | 0,60 | 20,85 | 96,69 | - | Хлеб ржаной | 50 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 130,88 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 130,88 |

Заведующий производством _____

меню подписано в электронном виде

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ Гимназия № 5

Меню на 30 сентября 2026 года*

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** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 7,23 | 9,52 | 5,80 | 110,60 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 210 | |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,68 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,07 | 2,42 | 15,97 | 83,94 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 80 | |
| 9,00 | 9,10 | 48,50 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 2,70 | 4,00 | 21,53 | 124,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 224,27 |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 224,27 |
| 11,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 4,26 | 22,92 | 141,83 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | 220,51 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 220,51 |

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 30 сентября 2026 года* | Шаерман Л.В.

| Пищевые вещества | | | Ккал | № ТТК | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| **Комплекс №1 1-4 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |
| **Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,98 | 9,60 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 66,39 |
| 10,61 | 10,17 | 37,90 | 276,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 64,45 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 14,85 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №5 5-11 классы** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 7,23 | 9,52 | 5,80 | 110,60 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 210 | |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,68 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,07 | 2,42 | 15,97 | 83,94 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 80 | |
| 9,00 | 9,10 | 48,50 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 2,70 | 4,00 | 21,53 | 124,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 224,27 |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | |
| 11,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 4,26 | 22,92 | 141,83 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 150 | 224,27 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 130,88 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 130,88 |

Заведующий производством _____

меню подписано в электронном виде

Согласовано | ООО "Комфорт" | Согласовано

Директор ООО "Комфорт" | МАОУ СОШ № 154 | Директор МАОУ СОШ № 154

Поматилов С. С. | Меню на 30 сентября 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** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,98 | 9,60 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 66,39 |
| 10,61 | 10,17 | 37,90 | 276,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 64,45 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 14,85 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №5 5-11 классы** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 130,88 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 130,88 |
| **Комплекс №2, 1-3 класс** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 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 | 184,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 184,00 |
| **Комплекс №11 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | |
| 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,00 | - | Сок в асс. | 200 | 72,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 72,00 |

Заведующий производством _____

меню подписано в электронном виде

Согласовано | ООО "Комфорт" | Согласовано

Директор ООО "Комфорт" | МАОУ гимназия №161 | Директор МАОУ №161

Поматилов С. С. | Меню на 30 сентября 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** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 1 смена** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №2 5-11 классы 2 смена** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | 49,59 |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | 49,76 |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 19,82 |
| 1,30 | 0,20 | 6,70 | 39,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,8 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | 44,94 |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | 71,12 |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 37,18 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 30 | 2,70 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 373,79 |
| **Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| 4,98 | 9,60 | 10,28 | 166,36 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/15/15 г | 50 | 66,39 |
| 10,61 | 10,17 | 37,90 | 276,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 64,45 |
| 0,19 | 0,12 | 12,26 | 48,19 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | 28,55 |
| 3,64 | 2,73 | 24,19 | 129,57 | 11/59 | Кофейный напиток | 200 | 14,85 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| **Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 442,34 |
| **Комплекс №5 5-11 классы** | | | | | | | |
| 0,40 | 2,10 | 2,90 | 33,00 | 7/24 | Закуска витаминка (с морковью) | 30 | 25,46 |
| 12,80 | 6,10 | 9,80 | 193,20 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 14,80 | 27,50 | 200,50 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 21,67 | 83,45 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 30 | 2,70 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 176,94 |
| **Комплекс №6 Булочка 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,68 | 7,20 | 34,64 | 244,00 | 13*7 | Булочное изделие в асс. | 80 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №7 Суп 1-11 классы** | | | | | | | |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 50,00 |
| **Комплекс №9 5-11 Обед** | | | | | | | |
| 1,15 | 4,98 | 16,03 | 107,37 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 100 | 62,12 |
| 9,00 | 8,60 | 25,80 | 236,50 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 50,00 |
| 10,30 | 13,20 | 9,80 | 186,40 | 10/14 | Котлеты "Флотские" из филе минтая панированная в сухарях | 100 | 82,03 |
| 3,94 | 5,11 | 23,01 | 170,20 | 5/58 | Пюре картофельное | 180 | 46,62 |
| 0,18 | 0,07 | 14,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | 15,63 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 4,50 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб ржаной | 50 | 4,50 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 265,40 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 5,13 | 6,15 | 19,70 | 213,00 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г | 40 | |
| 9,78 | 10,90 | 31,20 | 169,50 | 2/57 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 210 | |
| 2,74 | 2,20 | 4,89 | 49,72 | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,48 | 4/57 | Яйцо отварное | 50 | |
| 7,23 | 9,52 | 5,80 | 110,60 | 2/78-1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным | 210 | |
| 0,00 | 0,00 | 1,20 | 36,14 | 12/5 | Соус из брусники | 30 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/56 | Чай с сахаром | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 1,32 | 0,24 | 8,34 | 38,68 | - | Хлеб ржаной | 20 | 149,52 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 149,52 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)** | | | | | | | |
| 1,07 | 2,42 | 15,97 | 83,94 | 7/9 | Салат из моркови с растительным маслом без сахара | 80 | |
| 9,00 | 9,10 | 48,50 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 2,70 | 4,00 | 21,53 | 124,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | 224,27 |
| 0,65 | 0,27 | 12,03 | 46,50 | 11/77 | Напиток из черноплодой рябины без сахара | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)** | | | | | | | |
| 0,92 | 3,99 | 12,82 | 85,90 | 7/12 | Салат из моркови с сахаром и растительным маслом | 80 | |
| 11,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63-1 | Суп с макаронными изделиями без масла сливочного | 250 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) с отрубями, панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 4,26 | 22,92 | 141,83 | 5/58-1 (2004 № 520) | Пюре картофельное без молока | 150 | 224,27 |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб ржаной | 40 | |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 224,27 |
| **ГПД СВО** | | | | | | | |
| 9,00 | 10,64 | 58,00 | 191,44 | 6/63 | Суп с макаронными изделиями | 200 | |
| 15,40 | 5,50 | 8,80 | 147,00 | 10/14 | Котлета "Флотская" из рыбы (филе минтая) панированая в сухарях | 90 | |
| 3,28 | 3,60 | 14,40 | 141,83 | 5/58 | Пюре картофельное | 150 | |
| 0,18 | 0,07 | 0,30 | 42,36 | 11/5 | Напиток из черноплодой рябины | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,00 | 0,40 | 10,00 | 58,00 | - | Хлеб ржаной | 20 | 130,88 |
| | | | | | *Итого за Комплекс* | | 130,88 |

Заведующий производством _____

меню подписано в электронном виде