Согласовано | ООО "Комфорт" | Согласовано

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

Поматилов С. С. | Меню на 16 октября 2026 года* | Семёнова А.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы							
5,13	6,15	19,70	213,00	1/57	Бутерброд с сыром и маслом сливочным на батоне витаминизированном 20/10/10 г	40	49,55
9,78	10,90	31,20	169,50	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	210	51,38
0,00	0,00	1,20	36,14	12/8	Соус из голубики	30	24,59
3,64	2,73	24,19	129,57	11/59	Кофейный напиток	200	22,20
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							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	41,60
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	112,67
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	12,80
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,60
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	40	3,60
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы							
4,98	6,40	10,28	166,36	1/57	Бутерброд с сыром и маслом на батоне витаминизированном 20/15/15 г	50	57,18
14,36	10,50	50,30	326,40	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	61,17
3,58	5,80	1,30	36,20	12/8	Соус из голубики	40	32,79
2,64	0,48	16,68	77,35	11/59	Кофейный напиток	200	22,20
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	52,76
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	140,84
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	12,80
0,14	0,10	1,50	83,96	-	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							
4,98	6,40	10,28	166,36	1/57	Бутерброд с сыром и маслом на батоне витаминизированном 20/15/15 г	50	57,18
14,36	10,50	50,30	326,40	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	61,17
3,58	5,80	1,30	36,20	12/8	Соус из голубики	40	32,79
2,64	0,48	16,68	77,35	11/59	Кофейный напиток	200	22,20
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	3,60
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	52,76
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	140,84
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	12,80
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
					Итого за Комплекс		442,34
Комплекс №6 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	49,55
9,78	10,90	31,20	169,50	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	210	51,38
0,00	0,00	1,20	36,14	12/8	Соус из голубики	30	24,59
3,64	2,73	24,19	129,57	11/59	Кофейный напиток	200	22,20
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	41,60
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	112,67

0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	12,80
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,60
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	40	3,60
					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	
6,03	12,83	34,92	275,69	2/78	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным и отрубями	200	
0,19	0,12	12,27	48,19	12/8	Соус из голубики	35	
1,39	1,10	16,65	78,95	11/59 (2004 № 692)	Чай лимонный	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	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							
9,81	20,16	8,37	256,50	8*30	Котлета мясная	90	
5,25	4,05	33,60	196,50	5*54	Макаронные изделия отварные	150	
2,64	0,24	18,72	89,60	11*54	Чай лимонный	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
1,32	0,24	8,34	38,67	-	Хлеб вит. ржаной	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	
9,75	12,14	36,06	291,64	2/57	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	210	
0,15	0,09	8,58	34,80	12*2	Соус из малины	30	
1,40	1,10	16,60	79,00	11/59	Кофейный напиток	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №2 Альтернативное меню							
0,95	4,80	3,44	63,20	7/48	Салат из отварной свеклы с сол.огурцом	80	
7,13	6,20	15,60	148,00	6*57	Рассольник Ленинградский без картофеля со сметаной	200	
15,60	18,70	42,00	402,00	10*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	90	
2,70	4,00	45,65	124,83	5/74	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	224,27
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	Напиток ассорти из красных ягод	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №12 5-11 классы							
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	207,36
					Итого за Комплекс		207,36
ГПД СВО							
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	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 16 октября 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							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,76	3,05	15,15	112,30	1/50	Бутерброд с маслом на батоне витаминизированном 20/10 г	30	38,37
16,39	19,70	41,30	392,30	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	101,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		442,34
Комплекс №5 5-11 классы							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
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)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	80	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
							224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							

1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	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
					Комплекс №10 Суп 1-11 классы		
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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		76,74
					Комплекс №11 Булочка 1-11 классы		
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
					Итого за Комплекс		69,54
					Комплекс №8 ГПД Суп 1-4 классы		
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
					ГПД СВО		
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	130,88
					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 16 октября 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							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,76	3,05	15,15	112,30	1/50	Бутерброд с маслом на батоне витаминизированном 20/10 г	30	38,37
16,39	19,70	41,30	392,30	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	101,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		442,34
Комплекс №5 5-11 классы							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
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)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	80	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
							224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							

1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	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
Комплекс №13 с супом и булочкой							
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	210	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	25	
2,97	0,54	15,03	86,85	-	Хлеб вит. ржаной	20	
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	235,00
					Итого за Комплекс		235,00
ГПД СВО							
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	130,88
					Итого за Комплекс		130,88

Заведующий производством _____ Ветрова И.В.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 64

Меню на 16 октября 2026 года*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 64

Бурляева Н.Н.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,76	3,05	15,15	112,30	1/50	Бутерброд с маслом на батоне витаминизированном 20/10 г	30	38,37
16,39	19,70	41,30	392,30	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	101,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		442,34
Комплекс №5 5-11 классы							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					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	100,00
					Итого за Комплекс		100,00
Комплекс №16 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
ГПД СВО							
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	130,88
					Итого за Комплекс		130,88

Заведующий производством _____ Видяпина А.В.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 85

Меню на 16 октября 2026 года*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 85

Ващук Н.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,76	3,05	15,15	112,30	1/50	Бутерброд с маслом на батоне витаминизированном 20/10 г	30	38,37
16,39	19,70	41,30	392,30	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	101,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		442,34
Комплекс №5 5-11 классы							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
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)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	80	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
							224,27
					Итого за Комплекс		224,27

Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	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
Комплекс №10 Полдник							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	100	50,00
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
					Итого за Комплекс		69,54
ГПД СВО							
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	130,88
					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 16 октября 2026 года*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чудинова С.С.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,76	3,05	15,15	112,30	1/50	Бутерброд с маслом на батоне витаминизированном 20/10 г	30	38,37
16,39	19,70	41,30	392,30	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	101,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		442,34
Комплекс №5 5-11 классы							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №9 (свободный выбор)							
28,25	12,25	19,75	305,00	4*54	Бедро куриное запеченное	100	
2,20	2,80	14,10	92,00	5*58	Рис с овощами	150	
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	188,00
					Итого за Комплекс		188,00

Комплекс №10 (свободный выбор)							
13,90	12,50	3,80	184,00	8*54	Люля-кебаб из свинины и курицы запеченный	100	
2,22	4,38	16,97	121,10	5*58	Картофель по-деревенски с куркумой	150	
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	188,00
					Итого за Комплекс		188,00
Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	30	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	176,94
					Итого за Комплекс		176,94
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	100	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	50	
							265,40
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
							176,94
					Итого за Комплекс		176,94
Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)							
1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	50	
							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 16 октября 2026 года*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чудинова С.С.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
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)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	80	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	

0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
							224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	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
Комлпекс №10 ГПД (булочка + чай)							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
					Итого за Комплекс		69,54
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
ГПД СВО							
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	130,88
					Итого за Комплекс		130,88
Комплекс №11 Полдник							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
					Итого за Комплекс		69,54

Заведующий производством _____ Давтян Н. Г.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Меню на 16 октября 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							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,76	3,05	15,15	112,30	1/50	Бутерброд с маслом на батоне витаминизированном 20/10 г	30	38,37
16,39	19,70	41,30	392,30	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	101,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		442,34
Комплекс №5 5-11 классы							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	

0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	30	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	176,94
					Итого за Комплекс		176,94
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	100	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	50	
							265,40
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
							176,94
					Итого за Комплекс		176,94
Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)							
1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	50	
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №8 1-11 классы							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	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 16 октября 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							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
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)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	80	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	

3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
							224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	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
Комплекс №8 1-11 классы							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	100	
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	125,00
					Итого за Комплекс		125,00
ГПД СВО							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	220,51
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	
					Итого за Комплекс		220,51

Заведующий производством _____ Сыскова А.Р.

меню подписано в электронном виде

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ Гимназия № 5

Меню на 16 октября 2026 года*

Согласовано

Директор МАОУ Гимназия № 5

Сорокина А.Ф.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,76	3,05	15,15	112,30	1/50	Бутерброд с маслом на батоне витаминизированном 20/10 г	30	38,37
16,39	19,70	41,30	392,30	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	101,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		442,34
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс суп 185							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	210	
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	
2,97	0,54	15,03	86,85	-	Хлеб вит. ржаной	20	185,00
					Итого за Комплекс		185,00
Комплекс выпечка 185							
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	210	
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	
2,97	0,54	15,03	86,85	-	Хлеб вит. ржаной	20	
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	185
					Итого за Комплекс		185,00
ГПД СВО							
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	

2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	130,88
					Итого за Комплекс		130,88
Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	30	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	176,94
					Итого за Комплекс		176,94
Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	80	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
							265,40
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	176,94
					Итого за Комплекс		176,94
Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)							
1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	50	
					Итого за Комплекс		265,40

Заведующий производством _____

меню подписано в электронном виде

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ Гимназия № 5

Меню на 16 октября 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							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
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)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	80	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
							224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							

1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	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
ГПД СВО							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" 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 16 октября 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							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,76	3,05	15,15	112,30	1/50	Бутерброд с маслом на батоне витаминизированном 20/10 г	30	38,37
16,39	19,70	41,30	392,30	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	101,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00

17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		442,34
Комплекс №5 5-11 классы							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
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)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	80	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	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
ГПД СВО							
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	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 16 октября 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							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,76	3,05	15,15	112,30	1/50	Бутерброд с маслом на батоне витаминизированном 20/10 г	30	38,37
16,39	19,70	41,30	392,30	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	101,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00

17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		442,34
					Комплекс №5 5-11 классы		
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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		
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
					Комплекс №7 Суп 1-11 классы		
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
					ГПД СВО		
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	130,88
					Итого за Комплекс		130,88
					Комплекс №2, 1-3 класс		
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	20	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	20	184,00
					Итого за Комплекс		184,00
					Комплекс №11 Булочка 1-11 классы		
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/1	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 16 октября 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							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
4,23	4,96	38,70	228,90	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	38,37
13,79	14,60	23,40	266,70	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	75,42
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
1,30	0,20	6,70	39,00	-	Хлеб ржаной	20	1,80
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
1,33	5,12	4,10	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	44,94
4,11	4,77	19,50	143,13	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
15,55	15,40	57,10	364,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	102,59
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
					Итого за Комплекс		373,79
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
3,76	3,05	15,15	112,30	1/50	Бутерброд с маслом на батоне витаминизированном 20/10 г	30	38,37
16,39	19,70	41,30	392,30	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	101,94
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	8,15
2,00	0,40	10,00	58,00	-	Хлеб ржаной	30	2,70
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	25,78
Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25

					Итого за Комплекс		442,34
Комплекс №5 5-11 классы							
0,48	2,37	3,09	36,64	7/26	Закуска витаминка (с огурцом)	30	19,26
19,44	19,42	57,63	436,20	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
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							
7,70	7,42	32,09	225,88	13*10	Булочное изделие в асс.	80	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
					Итого за Комплекс		50,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,30	6,01	4,01	72,15	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	100	56,17
4,11	4,77	26,50	213,50	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250	50,00
17,50	15,60	42,30	265,70	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	130,94
3,94	5,11	27,50	170,20	11/7	Напиток из вишни	200	19,54
0,14	0,10	1,50	83,96	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,50
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб ржаной	50	4,25
					Итого за Комплекс		265,40
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)							
3,76	3,05	13,80	93,76	1/50	Бутерброд с маслом 20/10 г (батон витаминизированный)	30	
13,79	20,23	3,57	251,03	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17-1	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	
1,32	0,24	0,00	38,68	-	Фрукт свежий	130	149,52
					Итого за Комплекс		149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)							
17,96	19,65	1,04	252,60	4/58 (2018 № 2/6-1)	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/17	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Фрукт свежий	130	
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)							
0,70	4,81	1,60	57,72	7/13/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом без сахара	80	
4,11	4,77	39,56	235,36	6/65	Суп-пюре из разных овощей	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	9,63	37,58	11/79	Напиток из вишни без сахара	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
							224,27
					Итого за Комплекс		224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)							
1,33	5,12	7,75	73,52	7/13	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	80	
4,11	4,77	59,23	143,13	6/65-1	Суп-пюре из разных овощей без молока	250	
15,55	15,90	90,50	408,60	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,18	0,05	0,32	37,58	11/7	Напиток из вишни	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
ГПД СВО							
5,55	7,80	15,95	199,79	6/65	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	
16,58	19,50	68,38	327,07	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,14	0,10	1,50	83,96	11/7	Напиток из вишни	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	130,88
					Итого за Комплекс		130,88

Заведующий производством _____

меню подписано в электронном виде