

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Директор МАОУ СОШ № 181

Поматиллов С. С.

Меню на 3 февраля 2025 года\*

Корнильцева М.С.

| Пищевые вещества                       |      |          | Ккал   | № ТТК | Наименование блюд                                     | Выход, г | Цена, руб |
|--|------|----------|--------|-------|---|----------|-----------|
| Белки                                  | Жиры | Углеводы |        |       |   |          |           |
| <b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b> |      |          |        |       |   |          |           |
| 1,28                                   | 4,00 | 6,16     | 69,60  | 7*17  | Закуска соленый огурец                                | 20       | 10,55     |
| 11,61                                  | 2,52 | 7,29     | 99,90  | 8*29  | Гуляш из свинины                                      | 100      | 76,63     |
| 0,40                                   | 2,35 | 36,85    | 211,14 | 5*7   | Каша рассыпчатая гречневая с овощами                  | 180      | 28,12     |
| 0,20                                   | 0,10 | 9,40     | 38,00  | 11*18 | Чай с малиной и сахаром                               | 200      | 6,06      |
| 2,64                                   | 0,24 | 18,72    | 89,60  | -     | Хлеб вит. пшеничный                                   | 40       | 3,60      |
| 2,64                                   | 0,48 | 13,36    | 77,20  | -     | Хлеб вит. ржаной                                      | 40       | 3,60      |
| <i>Итого за Комплекс</i>               |      |          |        |       |   |          | 128,56    |
| <b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b> |      |          |        |       |   |          |           |
| 1,28                                   | 4,00 | 6,16     | 69,60  | 7*22  | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым | 100      | 31,03     |
| 4,75                                   | 2,42 | 9,75     | 80,00  | 6*1   | Уха из минтая   | 250      | 42,00     |
| 11,61                                  | 2,52 | 7,29     | 99,90  | 8*29  | Гуляш из свинины                                      | 100      | 76,63     |
| 0,40                                   | 2,35 | 36,85    | 211,14 | 5*7   | Каша рассыпчатая гречневая с овощами                  | 180      | 28,12     |
| 0,20                                   | 0,10 | 9,40     | 38,00  | 11*18 | Чай с малиной и сахаром                               | 200      | 6,06      |
| 3,30                                   | 0,30 | 23,40    | 112,00 | -     | Хлеб вит. пшеничный                                   | 50       | 4,50      |
| 3,30                                   | 0,60 | 16,70    | 96,50  | -     | Хлеб вит. ржаной                                      | 50       | 4,50      |
| <i>Итого за Комплекс</i>               |      |          |        |       |   |          | 192,84    |

| <b>Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы</b>                  |       |       |        |               |  |     |        |
|---|-------|-------|--------|---------------|--|-----|--------|
| <b>Завтрак</b>  |       |       |        |               |  |     |        |
| 5,08  | 11,55 | 9,97  | 164,15 | 1*51          | Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10  | 45  | 39,74  |
| 8,20  | 8,40  | 36,20 | 244,10 | 2*71          | Каша молочная Дружба (греча, рис)  | 250 | 38,41  |
| 0,20  | 0,12  | 11,44 | 46,40  | 12*2          | Соус из малины   | 40  | 23,54  |
| 3,60  | 2,70  | 22,90 | 127,00 | 11*51         | Какао с молоком  | 200 | 24,16  |
| 1,98  | 0,36  | 10,02 | 57,90  | -             | Хлеб вит. ржаной   | 30  | 2,71   |
| <b>Обед</b>   |       |       |        |               |  |     |        |
| 1,28  | 4,00  | 6,16  | 69,60  | 7*22          | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым                        | 100 | 31,03  |
| 4,75  | 2,42  | 9,75  | 80,00  | 6*1           | Уха из минтая  | 250 | 42,00  |
| 11,61   | 2,52  | 7,29  | 99,90  | 8*29          | Гуляш из свинины   | 100 | 76,63  |
| 0,40  | 2,35  | 36,85 | 211,14 | 5*7           | Каша рассыпчатая гречневая с овощами   | 180 | 28,12  |
| 0,20  | 0,10  | 9,40  | 38,00  | 11*18         | Чай с малиной и сахаром  | 200 | 6,06   |
| 3,30  | 0,30  | 23,40 | 112,00 | -             | Хлеб вит. пшеничный  | 50  | 4,50   |
| 3,30  | 0,60  | 16,70 | 96,50  | -             | Хлеб вит. ржаной   | 50  | 4,50   |
| <i>Итого за Комплекс</i>  |       |       |        |               |  |     | 321,40 |
| <b>Комплекс №5 5-11 классы</b>                                      |       |       |        |               |  |     |        |
| 1,28  | 4,00  | 6,16  | 69,60  | 7*17          | Закуска соленый огурец   | 20  | 10,55  |
| 11,61   | 2,52  | 7,29  | 99,90  | 8*29          | Гуляш из свинины   | 100 | 76,63  |
| 0,40  | 2,35  | 36,85 | 211,14 | 5*7           | Каша рассыпчатая гречневая с овощами   | 180 | 28,12  |
| 0,20  | 0,10  | 9,40  | 38,00  | 11*18         | Чай с малиной и сахаром  | 200 | 6,06   |
| 2,64  | 0,24  | 18,72 | 89,60  | -             | Хлеб вит. пшеничный  | 40  | 3,60   |
| 2,64  | 0,48  | 13,36 | 77,20  | -             | Хлеб вит. ржаной   | 40  | 3,60   |
| <i>Итого за Комплекс</i>  |       |       |        |               |  |     | 128,56 |
| <b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>                              |       |       |        |               |  |     |        |
| 9,68  | 7,20  | 34,64 | 244,00 | 13*7          | Булочка домашняя   | 100 | 42,00  |
| <i>Итого за Комплекс</i>  |       |       |        |               |  |     | 42,00  |
| <b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>                                  |       |       |        |               |  |     |        |
| 4,75  | 2,42  | 9,75  | 80,00  | 6*1           | Уха из минтая  | 250 | 42,00  |
| <i>Итого за Комплекс</i>  |       |       |        |               |  |     | 42,00  |
| <b>Комплекс №9 5-11 Обед</b>  |       |       |        |               |  |     |        |
| 1,28  | 4,00  | 6,16  | 69,60  | 7*22          | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым                        | 100 | 31,03  |
| 4,75  | 2,42  | 9,75  | 80,00  | 6*1           | Уха из минтая  | 250 | 42,00  |
| 11,61   | 2,52  | 7,29  | 99,90  | 8*29          | Гуляш из свинины   | 100 | 76,63  |
| 0,40  | 2,35  | 36,85 | 211,14 | 5*7           | Каша рассыпчатая гречневая с овощами   | 180 | 28,12  |
| 0,20  | 0,10  | 9,40  | 38,00  | 11*18         | Чай с малиной и сахаром  | 200 | 6,06   |
| 3,30  | 0,30  | 23,40 | 112,00 | -             | Хлеб вит. пшеничный  | 50  | 4,50   |
| 3,30  | 0,60  | 16,70 | 96,50  | -             | Хлеб вит. ржаной   | 50  | 4,50   |
| <i>Итого за Комплекс</i>  |       |       |        |               |  |     | 192,84 |
| <b>Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b> |       |       |        |               |  |     |        |
| 6,35  | 0,35  | 5,75  | 78,48  | 4*57          | Яйцо отварное  | 50  | 128,56 |
| 4,98  | 11,60 | 10,28 | 166,36 | 1*57          | Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г | 45  |        |
| 4,60  | 7,00  | 25,94 | 184,87 | 2*76          | Каша молочная Дружба (греча, рис) без сахара                                 | 250 |        |
| 4,03  | 3,19  | 6,87  | 68,88  | 2 (2014 № 11  | Какао с молоком без сахара   | 200 |        |
| 1,32  | 0,24  | 8,34  | 38,68  | -             | Хлеб ржаной витаминизированный   | 40  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>  |       |       |        |               |  |     | 128,56 |
| <b>Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)</b>                   |       |       |        |               |  |     |        |
| 6,35  | 5,75  | 0,35  | 78,48  | 4*57          | Яйцо отварное  | 50  | 128,56 |
| 2,88  | 10,20 | 33,51 | 237,24 | 1.0162-19 № 5 | Каша Дружба (греча, рис) на воде и масле растительном                        | 250 |        |
| 0,16  | 0,10  | 10,73 | 42,17  | 12*2          | Соус из малины   | 35  |        |
| 0,24  | 0,05  | 14,07 | 55,61  | 11*54         | Чай с сахаром  | 200 |        |
| 1,54  | 0,60  | 10,66 | 53,90  | -             | Батон пшеничный витаминизированный   | 20  |        |
| 1,32  | 0,24  | 8,34  | 38,68  | -             | Хлеб ржаной витаминизированный   | 20  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>  |       |       |        |               |  |     | 128,56 |
| <b>Комплекс №8 1-11 классы</b>                                      |       |       |        |               |  |     |        |
| 9,68  | 7,20  | 34,64 | 244,00 | 13*7          | Булочка домашняя   | 100 | 42,00  |
| 3,80  | 1,93  | 7,80  | 64,00  | 6*1           | Уха из минтая  | 200 | 33,60  |
| 0,20  | 0,10  | 9,40  | 38,00  | 11*18         | Чай с малиной и сахаром  | 200 | 6,06   |
| 1,32  | 0,12  | 9,36  | 44,80  | -             | Хлеб вит. пшеничный  | 20  | 1,80   |
| 1,32  | 0,24  | 6,68  | 38,60  | -             | Хлеб вит. ржаной   | 20  | 1,80   |
| <i>Итого за Комплекс</i>  |       |       |        |               |  |     | 85,26  |

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Директор МАОУ СОШ № 181

Поматиллов С. С.

Меню на 3 февраля 2025 года\*

Корнильцева М.С.

| Пищевые вещества                                  |       |          | Ккал   | № ТТК | Наименование блюд                                     | Выход, г | Цена, руб |
|---|-------|----------|--------|-------|---|----------|-----------|
| Белки   | Жиры  | Углеводы |        |       |   |          |           |
| <b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>             |       |          |        |       |   |          |           |
| 3,84  | 10,10 | 9,77     | 145,38 | 1*57  | Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10                   | 40       | 29,99     |
| 8,20  | 8,40  | 36,20    | 244,10 | 2*71  | Каша молочная Дружба (греча, рис)                     | 210      | 28,24     |
| 0,20  | 0,12  | 11,44    | 46,40  | 12*2  | Соус из малины  | 40       | 23,54     |
| 3,60  | 2,70  | 22,90    | 127,00 | 11*51 | Какао с молоком                                       | 200      | 24,16     |
| 1,98  | 0,36  | 10,02    | 57,90  | -     | Хлеб вит. ржаной                                      | 30       | 2,71      |
| <i>Итого за Комплекс</i>                          |       |          |        |       |   |          | 108,64    |
| <b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>             |       |          |        |       |   |          |           |
| 1,28  | 4,00  | 6,16     | 69,60  | 7*22  | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым | 80       | 24,82     |
| 3,80  | 1,93  | 7,80     | 64,00  | 6*1   | Уха из минтая   | 200      | 30,07     |
| 11,61   | 2,52  | 7,29     | 99,90  | 8*29  | Гуляш из свинины                                      | 100      | 76,63     |
| 0,40  | 2,35  | 36,85    | 211,14 | 5*7   | Каша рассыпчатая гречневая с овощами                  | 150      | 21,77     |
| 0,20  | 0,10  | 9,40     | 38,00  | 11*18 | Чай с малиной и сахаром                               | 200      | 6,06      |
| 1,32  | 0,12  | 9,36     | 44,80  | -     | Хлеб вит. пшеничный                                   | 20       | 1,80      |
| 1,32  | 0,24  | 6,68     | 38,60  | -     | Хлеб вит. ржаной                                      | 20       | 1,80      |
| <i>Итого за Комплекс</i>                          |       |          |        |       |   |          | 162,95    |
| <b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b> |       |          |        |       |   |          |           |
| <b>Завтрак</b>                                    |       |          |        |       |   |          |           |
| 3,84  | 10,10 | 9,77     | 145,38 | 1*57  | Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10                   | 40       | 29,99     |
| 8,20  | 8,40  | 36,20    | 244,10 | 2*71  | Каша молочная Дружба (греча, рис)                     | 210      | 28,24     |
| 0,20  | 0,12  | 11,44    | 46,40  | 12*2  | Соус из малины  | 40       | 23,54     |
| 3,60  | 2,70  | 22,90    | 127,00 | 11*51 | Какао с молоком                                       | 200      | 24,16     |
| 1,98  | 0,36  | 10,02    | 57,90  | -     | Хлеб вит. ржаной                                      | 30       | 2,71      |
| <b>Обед</b>                                       |       |          |        |       |   |          |           |
| 1,28  | 4,00  | 6,16     | 69,60  | 7*22  | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым | 80       | 24,82     |
| 3,80  | 1,93  | 7,80     | 64,00  | 6*1   | Уха из минтая   | 200      | 30,07     |
| 11,61   | 2,52  | 7,29     | 99,90  | 8*29  | Гуляш из свинины                                      | 100      | 76,63     |
| 0,40  | 2,35  | 36,85    | 211,14 | 5*7   | Каша рассыпчатая гречневая с овощами                  | 150      | 21,77     |
| 0,20  | 0,10  | 9,40     | 38,00  | 11*18 | Чай с малиной и сахаром                               | 200      | 6,06      |
| 1,32  | 0,12  | 9,36     | 44,80  | -     | Хлеб вит. пшеничный                                   | 20       | 1,80      |
| 1,32  | 0,24  | 6,68     | 38,60  | -     | Хлеб вит. ржаной                                      | 20       | 1,80      |
| <i>Итого за Комплекс</i>                          |       |          |        |       |   |          | 271,59    |

| <b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>                             |       |       |        |        |  |     |        |
|--|-------|-------|--------|--------|--|-----|--------|
| 9,68   | 7,20  | 34,64 | 244,00 | 13*7   | Булочка домашняя   | 100 | 42,00  |
| <i>Итого за Комплекс</i>   |       |       |        |        |  |     | 42,00  |
| <b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>                                 |       |       |        |        |  |     |        |
| 4,75   | 2,42  | 9,75  | 80,00  | 6*1    | Уха из минтая  | 250 | 42,00  |
| <i>Итого за Комплекс</i>   |       |       |        |        |  |     | 42,00  |
| <b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b> |       |       |        |        |  |     |        |
| 6,35   | 0,35  | 5,75  | 78,48  | 4*57   | Яйцо отварное  | 50  | 108,64 |
| 4,98   | 11,60 | 10,28 | 166,36 | 1*57   | Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г | 45  |        |
| 4,60   | 7,00  | 25,94 | 184,87 | 2*76   | Каша молочная Дружба (греча, рис) без сахара                                 | 200 |        |
| 4,03   | 3,19  | 6,87  | 68,88  | 11*72  | Какао с молоком без сахара   | 200 |        |
| 1,32   | 0,24  | 8,34  | 38,68  | -      | Хлеб вит. ржаной   | 20  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>   |       |       |        |        |  |     |        |
| <b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>                   |       |       |        |        |  |     |        |
| 6,35   | 5,75  | 0,35  | 78,48  | 4*57   | Яйцо отварное  | 50  | 108,64 |
| 2,88   | 10,20 | 33,51 | 237,24 | 2*77   | Каша Дружба (греча, рис) на воде и масле растительном                        | 200 |        |
| 0,16   | 0,10  | 10,73 | 42,17  | 12*2   | Соус из малины   | 35  |        |
| 0,24   | 0,05  | 14,07 | 55,61  | 11*54  | Чай с сахаром  | 200 |        |
| 1,54   | 0,60  | 10,66 | 53,90  | -      | Батон пшеничный витаминизированный   | 20  |        |
| 1,32   | 0,24  | 8,34  | 38,68  | -      | Хлеб вит. ржаной   | 20  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>   |       |       |        |        |  |     | 108,64 |
| <b>Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b> |       |       |        |        |  |     |        |
| 1,28   | 4,00  | 6,16  | 69,60  | 7*22   | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым                        | 80  | 162,95 |
| 5,31   | 10,73 | 16,16 | 176,44 | 6/1    | Уха из минтая  | 200 |        |
| 22,64  | 9,83  | 34,00 | 296,00 | 8/55   | Гуляш из свинины   | 100 |        |
| 0,18   | 0,04  | 13,75 | 53,14  | 5/74   | Каша гречневая рассыпчатая с овощами   | 150 |        |
| 0,18   | 0,05  | 9,63  | 37,58  | 11/75  | Чай с малиной без сахара   | 200 |        |
| 2,64   | 0,48  | 16,68 | 77,35  | -      | Хлеб вит. ржаной   | 40  |        |
| 3,30   | 0,60  | 20,85 | 96,69  | -      | Хлеб вит. пшеничный  | 50  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>   |       |       |        |        |  |     |        |
| <b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>                   |       |       |        |        |  |     |        |
| 1,28   | 4,00  | 6,16  | 69,60  | 7*22   | Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым                        | 80  | 162,95 |
| 5,57   | 2,94  | 8,97  | 93,07  | 6/1-1  | Уха из минтая  | 200 |        |
| 13,90  | 12,52 | 22,30 | 266,91 | 8/55   | Гуляш из свинины   | 100 |        |
| 7,46   | 6,20  | 38,92 | 231,42 | 5/53-1 | Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным                             | 150 |        |
| 0,18   | 0,05  | 9,63  | 37,58  | 11/18  | Чай с малиной и сахаром  | 200 |        |
| 2,64   | 0,48  | 16,68 | 77,35  | -      | Хлеб вит. ржаной   | 40  |        |
| 3,30   | 0,60  | 20,85 | 96,69  | -      | Хлеб вит. пшеничный  | 50  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>   |       |       |        |        |  |     |        |
| <b>Комплекс №8 1-11 классы</b>                                     |       |       |        |        |  |     |        |
| 9,68   | 7,20  | 34,64 | 244,00 | 13*7   | Булочка домашняя   | 100 | 42,00  |
| 3,80   | 1,93  | 7,80  | 64,00  | 6*1    | Уха из минтая  | 200 | 33,60  |
| 0,20   | 0,10  | 9,40  | 38,00  | 11*18  | Чай с малиной и сахаром  | 200 | 6,06   |
| 1,32   | 0,12  | 9,36  | 44,80  | -      | Хлеб вит. пшеничный  | 20  | 1,80   |
| 1,32   | 0,24  | 6,68  | 38,60  | -      | Хлеб вит. ржаной   | 20  | 1,80   |
| <i>Итого за Комплекс</i>   |       |       |        |        |  |     | 85,26  |

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