

Согласовано  
Директор ООО "Комфорт"  
Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"  
МАОУ СОШ № 181  
Меню на 19 сентября 2025 года\*

Согласовано  
Директор МАОУ СОШ № 181  
Корнильцева М.С.

| Пищевые вещества                |       |          | Ккал   | № ТТК | Наименование блюд                             | Выход, г | Цена, руб |
|---------------------------------|-------|----------|--------|-------|-----------------------------------------------|----------|-----------|
| Белки                           | Жиры  | Углеводы |        |       |                                               |          |           |
| Комплекс №2 5-11 классы 1 смена |       |          |        |       |                                               |          |           |
| 0,48                            | 2,37  | 3,09     | 36,64  | 7/26  | Закуска витаминка (с огурцом)                 | 30       | 7,43      |
| 19,44                           | 21,37 | 55,36    | 508,50 | 8/35  | Жаркое по-домашнему со свининой               | 250      | 109,55    |
| 0,14                            | 0,10  | 1,50     | 83,96  | 11/1  | Напиток ассорти из красных ягод               | 200      | 4,38      |
| 2,64                            | 0,24  | 18,72    | 89,60  | -     | Хлеб вит. пшеничный                           | 40       | 3,60      |
| 2,64                            | 0,48  | 13,36    | 77,20  | -     | Хлеб вит. ржаной                              | 40       | 3,60      |
|                                 |       |          |        |       |                                               |          |           |
| Итого за Комплекс               |       |          |        |       |                                               |          | 128,56    |
| Комплекс №2 5-11 классы 2 смена |       |          |        |       |                                               |          |           |
| 1,01                            | 5,06  | 4,79     | 76,75  | 7/59  | Салат из свежих томатов с растительным маслом | 100      | 27,91     |
| 12,44                           | 7,77  | 25,16    | 208,00 | 6/70  | Рассольник Ленинградский со сметаной          | 250      | 42,00     |
| 19,44                           | 21,37 | 55,36    | 508,50 | 8/35  | Жаркое по-домашнему со свининой               | 250      | 109,55    |
| 0,14                            | 0,10  | 1,50     | 83,96  | 11/1  | Напиток ассорти из красных ягод               | 200      | 4,38      |
| 3,30                            | 0,30  | 23,40    | 112,00 | -     | Хлеб вит. пшеничный                           | 50       | 4,50      |
| 3,30                            | 0,60  | 16,70    | 96,50  | -     | Хлеб вит. ржаной                              | 50       | 4,50      |
|                                 |       |          |        |       |                                               |          |           |
| Итого за Комплекс               |       |          |        |       |                                               |          | 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  | 35,80  |
| 10,61                                                               | 10,17 | 47,32 | 321,18 | 2/57               | Каша ячневая молочная с маслом сливочным            | 250 | 41,59  |
| 0,20                                                                | 0,12  | 11,44 | 46,40  | 12*2               | Соус из малины                                      | 40  | 23,41  |
| 1,40                                                                | 1,10  | 16,60 | 79,00  | 11/59              | Кофейный напиток                                    | 200 | 24,16  |
| 2,64                                                                | 0,48  | 13,36 | 77,20  | -                  | Хлеб вит. ржаной                                    | 40  | 3,60   |
| <b>Обед</b>                                                         |       |       |        |                    |                                                     |     |        |
| 1,01                                                                | 5,06  | 4,79  | 76,75  | 7/59               | Салат из свежих томатов с растительным маслом       | 100 | 27,91  |
| 12,44                                                               | 7,77  | 25,16 | 208,00 | 6/70               | Рассольник Ленинградский со сметаной                | 250 | 42,00  |
| 19,44                                                               | 21,37 | 55,36 | 508,50 | 8/35               | Жаркое по-домашнему со свиной                       | 250 | 109,55 |
| 0,14                                                                | 0,10  | 1,50  | 83,96  | 11/1               | Напиток ассорти из красных ягод                     | 200 | 4,38   |
| 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>                                      |       |       |        |                    |                                                     |     |        |
| 0,48                                                                | 2,37  | 3,09  | 36,64  | 7/26               | Закуска витаминка (с огурцом)                       | 30  | 7,43   |
| 19,44                                                               | 21,37 | 55,36 | 508,50 | 8/35               | Жаркое по-домашнему со свиной                       | 250 | 109,55 |
| 0,14                                                                | 0,10  | 1,50  | 83,96  | 11/1               | Напиток ассорти из красных ягод                     | 200 | 4,38   |
| 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>                              |       |       |        |                    |                                                     |     |        |
| 7,70                                                                | 7,42  | 32,09 | 225,88 | 13*10              | Шаньга со сметаной                                  | 100 | 42,00  |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                    |                                                     |     | 42,00  |
| <b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>                                  |       |       |        |                    |                                                     |     |        |
| 5,55                                                                | 7,80  | 15,95 | 199,79 | 6/70               | Рассольник Ленинградский со сметаной                | 250 | 42,00  |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                    |                                                     |     | 42,00  |
| <b>Комплекс №9 5-11 Обед</b>                                        |       |       |        |                    |                                                     |     |        |
| 1,01                                                                | 5,06  | 4,79  | 76,75  | 7/59               | Салат из свежих томатов с растительным маслом       | 100 | 27,91  |
| 12,44                                                               | 7,77  | 25,16 | 208,00 | 6/70               | Рассольник Ленинградский со сметаной                | 250 | 42,00  |
| 19,44                                                               | 21,37 | 55,36 | 508,50 | 8/35               | Жаркое по-домашнему со свиной                       | 250 | 109,55 |
| 0,14                                                                | 0,10  | 1,50  | 83,96  | 11/1               | Напиток ассорти из красных ягод                     | 200 | 4,38   |
| 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> |       |       |        |                    |                                                     |     |        |
| 5,08                                                                | 11,55 | 9,97  | 164,15 | 1*51               | Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10                 | 45  | 128,56 |
| 6,38                                                                | 5,75  | 0,38  | 78,75  | 4*57               | Яйцо отварное 1 шт.                                 | 50  |        |
| 6,26                                                                | 5,90  | 28,40 | 194,19 | 2/68               | Каша ячневая молочная с маслом сливочным без сахара | 250 |        |
| 2,74                                                                | 2,20  | 4,89  | 49,72  | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара                         | 200 |        |
| 1,32                                                                | 0,24  | 6,68  | 38,60  | -                  | Хлеб вит. ржаной                                    | 20  |        |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                    |                                                     |     | 128,56 |
| <b>Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)</b>                   |       |       |        |                    |                                                     |     |        |
| 0,80                                                                | 0,90  | 2,80  | 61,60  | 7/59               | Салат из свежих томатов с растительным маслом       | 100 | 192,84 |
| 5,55                                                                | 12,08 | 17,95 | 199,79 | 6/70-1             | Рассольник Ленинградский                            | 250 |        |
| 16,58                                                               | 19,50 | 68,38 | 327,07 | 8/35               | Жаркое по-домашнему со свиной                       | 250 |        |
| 0,14                                                                | 0,10  | 1,50  | 83,96  | 11/1               | Напиток ассорти из красных ягод                     | 200 |        |
| 2,64                                                                | 0,24  | 18,72 | 89,60  | -                  | Хлеб вит. пшеничный                                 | 50  |        |
| 2,64                                                                | 0,48  | 13,36 | 77,20  | -                  | Хлеб вит. ржаной                                    | 50  |        |
|                                                                     |       |       |        |                    |                                                     |     | 192,84 |
| <i>Итого за Комплекс</i>                                            |       |       |        |                    |                                                     |     | 192,84 |
| <b>Комплекс №8 1-11 классы</b>                                      |       |       |        |                    |                                                     |     |        |
| 7,70                                                                | 7,42  | 32,09 | 225,88 | 13*10              | Шаньга со сметаной                                  | 100 | 42,00  |
| 5,55                                                                | 7,80  | 15,95 | 199,79 | 6/70               | Рассольник Ленинградский со сметаной                | 200 | 33,60  |
| 0,14                                                                | 0,10  | 1,50  | 83,96  | 11/1               | Напиток ассорти из красных ягод                     | 200 | 4,38   |
| 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>                                            |       |       |        |                    |                                                     |     | 83,58  |

Согласовано  
Директор ООО "Комфорт"  
Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"  
МАОУ СОШ № 181  
Меню на 19 сентября 2025 года\*

Согласовано  
Директор МАОУ СОШ № 181  
Корнильцева М.С.

| Пищевые вещества                           |       |          | Ккал   | № ТТК | Наименование блюд                             | Выход, г | Цена, руб |
|--------------------------------------------|-------|----------|--------|-------|-----------------------------------------------|----------|-----------|
| Белки                                      | Жиры  | Углеводы |        |       |                                               |          |           |
| Комплекс №1 1-4 классы 1 смена             |       |          |        |       |                                               |          |           |
| 3,84                                       | 10,10 | 9,77     | 145,38 | 1*57  | Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10           | 40       | 26,85     |
| 9,75                                       | 12,14 | 36,06    | 291,64 | 2/57  | Каша ячневая молочная с маслом сливочным      | 220      | 38,27     |
| 0,15                                       | 0,09  | 8,58     | 34,80  | 12*2  | Соус из малины                                | 30       | 17,56     |
| 1,40                                       | 1,10  | 16,60    | 79,00  | 11/59 | Кофейный напиток                              | 200      | 24,16     |
| 1,32                                       | 0,24  | 6,68     | 38,60  | -     | Хлеб вит. ржаной                              | 20       | 1,80      |
| Итого за Комплекс                          |       |          |        |       |                                               |          | 108,64    |
| Комплекс №1 1-4 классы 2 смена             |       |          |        |       |                                               |          |           |
| 0,80                                       | 0,90  | 2,80     | 61,60  | 7/59  | Салат из свежих томатов с растительным маслом | 80       | 21,73     |
| 5,55                                       | 7,80  | 15,95    | 199,79 | 6/70  | Рассольник Ленинградский со сметаной          | 250      | 42,00     |
| 16,58                                      | 19,50 | 68,38    | 327,07 | 8/35  | Жаркое по-домашнему со свиной                 | 200      | 87,64     |
| 0,14                                       | 0,10  | 1,50     | 83,96  | 11/1  | Напиток ассорти из красных ягод               | 200      | 4,38      |
| 2,64                                       | 0,24  | 18,72    | 89,60  | -     | Хлеб вит. пшеничный                           | 40       | 3,60      |
| 2,64                                       | 0,48  | 13,36    | 77,20  | -     | Хлеб вит. ржаной                              | 40       | 3,60      |
|                                            |       |          |        |       |                                               |          |           |
| Итого за Комплекс                          |       |          |        |       |                                               |          | 162,95    |
| Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы |       |          |        |       |                                               |          |           |
| Завтрак                                    |       |          |        |       |                                               |          |           |
| 3,84                                       | 10,10 | 9,77     | 145,38 | 1*57  | Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10           | 40       | 26,85     |
| 9,75                                       | 12,14 | 36,06    | 291,64 | 2/57  | Каша ячневая молочная с маслом сливочным      | 220      | 38,27     |
| 0,15                                       | 0,09  | 8,58     | 34,80  | 12*2  | Соус из малины                                | 30       | 17,56     |
| 1,40                                       | 1,10  | 16,60    | 79,00  | 11/59 | Кофейный напиток                              | 200      | 24,16     |
| 1,32                                       | 0,24  | 6,68     | 38,60  | -     | Хлеб вит. ржаной                              | 20       | 1,80      |
| Обед                                       |       |          |        |       |                                               |          |           |
| 0,80                                       | 0,90  | 2,80     | 61,60  | 7/59  | Салат из свежих томатов с растительным маслом | 80       | 21,73     |
| 5,55                                       | 7,80  | 15,95    | 199,79 | 6/70  | Рассольник Ленинградский со сметаной          | 250      | 42,00     |
| 16,58                                      | 19,50 | 68,38    | 327,07 | 8/35  | Жаркое по-домашнему со свиной                 | 200      | 87,64     |
| 0,14                                       | 0,10  | 1,50     | 83,96  | 11/1  | Напиток ассорти из красных ягод               | 200      | 4,38      |
| 2,64                                       | 0,24  | 18,72    | 89,60  | -     | Хлеб вит. пшеничный                           | 40       | 3,60      |
| 2,64                                       | 0,48  | 13,36    | 77,20  | -     | Хлеб вит. ржаной                              | 40       | 3,60      |
|                                            |       |          |        |       |                                               |          |           |
| Итого за Комплекс                          |       |          |        |       |                                               |          | 271,59    |

|                                                             |       |       |        |                    |                                                           |     |        |
|-------------------------------------------------------------|-------|-------|--------|--------------------|-----------------------------------------------------------|-----|--------|
| Комплекс №6 Булочка 1-11 классы                             |       |       |        |                    |                                                           |     |        |
| 7,70                                                        | 7,42  | 32,09 | 225,88 | 13*10              | Шаньга со сметаной                                        | 100 | 42,00  |
| Итого за Комплекс                                           |       |       |        |                    |                                                           |     | 42,00  |
| Комплекс №7 Суп 1-11 классы                                 |       |       |        |                    |                                                           |     |        |
| 5,55                                                        | 7,80  | 15,95 | 199,79 | 6/70               | Рассольник Ленинградский со сметаной                      | 250 | 42,00  |
| Итого за Комплекс                                           |       |       |        |                    |                                                           |     | 42,00  |
| Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом) |       |       |        |                    |                                                           |     |        |
| 5,08                                                        | 11,55 | 9,97  | 164,15 | 1*51               | Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10                       | 45  | 108,64 |
| 6,38                                                        | 5,75  | 0,38  | 78,75  | 4*57               | Яйцо отварное 1 шт.                                       | 50  |        |
| 6,26                                                        | 5,90  | 28,40 | 194,19 | 2/68               | Каша ячневая молочная с маслом сливочным без сахара       | 200 |        |
| 2,74                                                        | 2,20  | 4,89  | 49,72  | 11/59 (2004 № 692) | Кофейный напиток без сахара                               | 200 |        |
| 1,32                                                        | 0,24  | 6,68  | 38,60  | -                  | Хлеб вит. ржаной                                          | 20  |        |
| Итого за Комплекс                                           |       |       |        |                    |                                                           |     | 108,64 |
| Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)                   |       |       |        |                    |                                                           |     |        |
| 6,38                                                        | 5,75  | 0,38  | 78,75  | 4*57               | Яйцо отварное 1 шт.                                       | 50  | 108,64 |
| 6,03                                                        | 12,83 | 34,92 | 275,69 | 2/78               | Каша ячневая безмолочная с маслом растительным и отрубями | 200 |        |
| 0,18                                                        | 0,11  | 10,01 | 40,60  | 12*2               | Соус из малины                                            | 35  |        |
| 0,18                                                        | 0,04  | 13,75 | 53,14  | 11*56              | Чай с сахаром                                             | 200 |        |
| 1,32                                                        | 0,24  | 6,68  | 38,60  | -                  | Хлеб вит. ржаной                                          | 20  |        |
| 1,32                                                        | 0,12  | 9,36  | 44,80  | -                  | Хлеб вит. пшеничный                                       | 20  | 108,64 |
| Итого за Комплекс                                           |       |       |        |                    |                                                           |     | 108,64 |
| Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом) |       |       |        |                    |                                                           |     |        |
| 0,80                                                        | 0,90  | 2,80  | 61,60  | 7/59               | Салат из свежих томатов с растительным маслом             | 80  | 162,95 |
| 12,44                                                       | 7,77  | 25,16 | 208,00 | 6/70               | Рассольник Ленинградский со сметаной                      | 250 |        |
| 16,58                                                       | 19,50 | 68,38 | 327,07 | 8/35               | Жаркое по-домашнему со свиной                             | 200 |        |
| 0,14                                                        | 0,10  | 11,00 | 83,96  | 11/73              | Напиток ассорти из красных ягод без сахара                | 200 |        |
| 2,64                                                        | 0,48  | 16,68 | 77,35  | -                  | Хлеб вит. пшеничный                                       | 40  |        |
| 2,64                                                        | 0,48  | 16,68 | 77,35  | -                  | Хлеб вит. ржаной                                          | 40  | 162,95 |
|                                                             |       |       |        |                    |                                                           |     |        |
| Итого за Комплекс                                           |       |       |        |                    |                                                           |     | 162,95 |
| Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)                   |       |       |        |                    |                                                           |     |        |
| 0,80                                                        | 0,90  | 2,80  | 61,60  | 7/59               | Салат из свежих томатов с растительным маслом             | 80  | 162,95 |
| 5,55                                                        | 12,08 | 17,95 | 199,79 | 6/70-1             | Рассольник Ленинградский                                  | 250 |        |
| 16,58                                                       | 19,50 | 68,38 | 327,07 | 8/35               | Жаркое по-домашнему со свиной                             | 200 |        |
| 0,14                                                        | 0,10  | 1,50  | 83,96  | 11/1               | Напиток ассорти из красных ягод                           | 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  | 162,95 |
|                                                             |       |       |        |                    |                                                           |     |        |
| Итого за Комплекс                                           |       |       |        |                    |                                                           |     | 162,95 |
| Комплекс №8 1-11 классы                                     |       |       |        |                    |                                                           |     |        |
| 7,70                                                        | 7,42  | 32,09 | 225,88 | 13*10              | Шаньга со сметаной                                        | 100 | 42,00  |
| 5,55                                                        | 7,80  | 15,95 | 199,79 | 6/70               | Рассольник Ленинградский со сметаной                      | 200 | 33,60  |
| 0,14                                                        | 0,10  | 1,50  | 83,96  | 11/1               | Напиток ассорти из красных ягод                           | 200 | 4,38   |
| 1,32                                                        | 0,12  | 9,36  | 44,80  | -                  | Хлеб вит. пшеничный                                       | 20  | 1,80   |
| 1,32                                                        | 0,24  | 6,68  | 38,60  | -                  | Хлеб вит. ржаной                                          | 20  | 1,80   |
| Итого за Комплекс                                           |       |       |        |                    |                                                           |     | 83,58  |

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