Согласовано Директор ООО "Комфорт" ООО "Комфорт" МАОУ СОШ № 181

Директор МАОУ СОШ № 181

Согласовано

Поматилов С. С.

Меню на 12 ноября 2025 года*

Корнильцева М.С.

Пищевые вещества		Ккал	№ TTK	Наименование блюд Выход, г	Buyon F	Цена, руб		
Белки	Жиры	Углеводы	KKaJI	N2 111X	паименование олюд	выход, г	цена, руб	
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена								
0,40	2,10	2,90	33,00	7/24	Закуска витаминка (с морковью)	30	3,19	
18,30	16,90	6,10	251,00	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	100	86,57	
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	31,50	
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	3,70	
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						128,56	
	Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
1,30	4,98	13,72	98,78	7/19	Салат из моркови, сахара и изюма, с растительным маслом	100	20,07	
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	42,00	
18,30	16,90	6,10	251,00	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	100	86,57	
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	31,50	
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	3,70	
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	

				Комплекс	е №4 Двухразовое питание 5-11 классы		
5,08	11.55	0.07	164,15	1*51	Завтрак Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	47,05
7,46	11,55 6,58	9,97 38,30	251,38	2/60		250	45,10
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным Соус из малины	40	15,22
3,64	2,73	11,44	96,57	11*51	Какао с молоком	200	17,59
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
2,04	0,40	13,30	77,20	<u>-</u>	Обед	40	3,00
1,30	3,00	17,50	100,00	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	100	20,07
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	42,00
18,30	16,90	6,10	251,00	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	100	86,57
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	31,50
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	3,70
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		321,40
0.40	2.10	2.00	22.00	7/24	Комплекс №5 5-11 классы	20	2.10
0,40	2,10	2,90	33,00	7/24	Закуска витаминка (с морковью)	30	3,19
18,30	16,90	6,10	251,00	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	100	86,57
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	31,50
0,80 1,32	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	3,70
1,32	0,12 0,24	9,36 6,68	44,80 38,60	-	Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной	20 20	1,80 1,80
1,32	0,24	0,08	38,00	-	Алео вит. ржанои Итого за Комплекс	20	128,56
				Ком	иплекс №6 Булочка 1-11 классы		120,30
9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочка с корицей	100	42,00
,,,,,	7,20	0 .,0 .	2 , 0 0	10 ,	Итого за Комплекс	100	42,00
				К	Сомплекс №7 Суп 1-11 классы		,
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	42,00
			•		Итого за Комплекс		42,00
					Комплекс №9 5-11 Обед		
1,30	4,98	13,72	98,78	7/19	Салат из моркови, сахара и изюма, с растительным маслом	100	20,07
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	42,00
18,30	16,90	6,10	251,00	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	100	86,57
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	31,50
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	3,70
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
1	Γ		Компл	екс №1 5-11	классы (меню для детей с сахарным диабетом)		•
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	маслом 20/13/10 г Яйцо отварное	50	-
7,78	7,33	39,36	249,09	2/75	Каша пшенная молочная жидкая без сахара	250	-
2,74	2,20	4,89	49,72	11/72 (2014 №	Какао с молоком без сахара	200	1
	·		· ·	11.8)	^		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	128,56
				L'our rore	Итого за Комплекс с №2 5-11 классы (безмолочное меню)		128,56
1,07	2,42	9,68	83,94	Комплекс 7*19	С №2 5-11 Классы (оезмолочное меню) Салат из моркови, сахара и изюма	100	
5,55	5,89	17,95	159,79	6/51-1	Салат из моркови, сахара и изюма Борщ с капустой и картофелем	250	1
18,30	16,90	6,10	251,00	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	100	1
3,28	4,26	22,92	141,83	5/58-1 (2004 №	Пюре картофельное без молока		192,84
0,80	0,33	36,17	138,10	520) 11/53	Напиток из плодов шиповника	180 200	1
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	50	1
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной	50	†
,-	-7.	-,	1	<u> </u>	Итого за Комплекс		192,84
					Комплекс №8 1-11 классы		<u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	33,60
7,78	3,92	28,62	180,85	13*56	Пирожок сдобный с яблоком	100	42,00
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	3,70
	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,24	- , -	_ ′				
2,64 1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	30 за Комплекс	2,70

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Директор МАОУ СОШ № 181

Поматилов С. С.

Меню на 12 ноября 2025 года*

Корнильцева М.С.

					<u> </u>		
	цевые веще		Ккал	№ TTK	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы	Teleasi		, ,	Выход, 1	цена, рус
	1	1			мплекс №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	39,55
3,69	9,71	9,39	139,79	2/60	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным	210	34,48
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	15,22
3,64	2,73	11,30	96,57	11*51	Какао с молоком	200	17,59
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
					Итого за Комплекс		108,64
				Ко	мплекс №1 1-4 классы 2 смена		
1,07	2,42	9,68	83,94	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	80	14,26
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	42,00
16,40	15,20	5,50	327,07	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	90	69,59
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Пюре картофельное	150	29,8
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	3,70
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		162,95
				Комплекс	с №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	39,55
3,69	9,71	9,39	139,79	2/60	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным	210	34,48
0,20	0,12	11,44	46,40	12*2	Соус из малины	40	15,22
3,64	2,73	11,30	96,57	11*51	Какао с молоком	200	17,59
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
		1	,		Обед		
		1	02.04	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	80	14,26
1,07	2,42	9,68	83,94	1 1 2 1		00	
1,07 5,55	2,42 5,89	9,68 17,95	159,79		Борщ с капустой и картофелем со сметаной		42,00
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250 90	42,00
5,55 16,40	5,89 15,20	17,95 5,50	159,79 327,07	6*51 10/6	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	250 90	42,00 69,59
5,55 16,40 3,30	5,89 15,20 4,20	17,95 5,50 21,15	159,79 327,07 138,00	6*51 10/6 5*58	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями Пюре картофельное	250 90 150	42,00 69,59 29,8
5,55 16,40 3,30 0,80	5,89 15,20 4,20 0,30	17,95 5,50 21,15 30,90	159,79 327,07 138,00 128,00	6*51 10/6	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями Пюре картофельное Напиток из плодов шиповника	250 90 150 200	42,00 69,59 29,8 3,70
5,55 16,40 3,30	5,89 15,20 4,20	17,95 5,50 21,15	159,79 327,07 138,00	6*51 10/6 5*58	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями Пюре картофельное	250 90 150	42,00 69,59 29,8

				Ком	плекс №6 Булочка 1-11 классы		
9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочка с корицей	100	42,00
					Итого за Комплекс		42,00
				К	Сомплекс №7 Суп 1-11 классы		
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	42,00
					Итого за Комплекс		42,00
	T	1	Комп	лекс №1 1-4	классы (меню для детей с сахарным диабетом)	,	
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	
6,85	6,45	34,64	219,20	2/75	Каша пшенная молочная жидкая без сахара	220	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной витаминизированный	40	
							108,64
					Итого за Комплекс		108,64
		1	1		с №1 1-4 классы (безмолочное меню)	1	
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57 (2018 № 1/6)	Яйцо отварное 1 шт.	50	
4,06	4,04	31,30	171,85	2/72	Каша вязкая пшенная на воде с растительным маслом	200	
0,23	0,13	10,96	43,57	12*2	Соус из малины	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай с сахаром	200	
3,08	1,2	21,32	107,81	-	Батон пшеничный	40	
1,32	0,24	8,34	38,68	_	Хлеб вит. ржаной	20	108,64
	- 7	- 7-	,	<u> </u>	Итого за Комплекс	-	108,64
			Комп	лекс №2 1-4	классы (меню для детей с сахарным диабетом)	L-	
1,07	2,42	15,97	83,94	7/40	Салат из моркови, изюма, с растительным маслом без сахара	80	
5,55	12,08	17,95	199,79	6/52	Борщ с капустой и картофелем со сметаной без сахара	250	
16,40	15,20	5,50	327,07	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	90	
3,28	4,26	22,92	141,83	5/58	Пюре картофельное	150	162,95
0,65	0,27	12,03	46,50	11/68	Напиток из плодов шиповника 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	
		•			Итого за Комплекс		162,95
				Комплек	с №2 1-4 классы (безмолочное меню)		
1,07	2,42	9,68	83,94	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	80	
5,55	5,89	17,95	159,79	6/51-1	Борщ с капустой и картофелем	250	
16,40	15,20	5,50	327,07	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	90	
3,28	4,26	22,92	141,83	5/58-1 (2004 № 520)	Пюре картофельное без молока	150	162,95
0,80	0,33	36,17	138,10	11/53	Напиток из плодов шиповника	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		162,95
			T	T	Комплекс №8 1-11 классы	,	
				6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	33,60
5,55	5,89	17,95	159,79				42,00
7,78	3,92	28,62	180,85	13*56	Пирожок сдобный с яблоком	100	
7,78 0,80	3,92 0,30	28,62 30,90	180,85 128,00		Напиток из плодов шиповника	200	3,70
7,78 0,80 2,64	3,92 0,30 0,24	28,62 30,90 18,72	180,85 128,00 89,60	13*56	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный	200 40	3,70 3,60
7,78 0,80	3,92 0,30	28,62 30,90	180,85 128,00	13*56 11*53	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной	200 40 30	3,70 3,60 2,70
7,78 0,80 2,64	3,92 0,30 0,24	28,62 30,90 18,72	180,85 128,00 89,60	13*56 11*53	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной Итого	200 40	3,70 3,60
7,78 0,80 2,64 1,98	3,92 0,30 0,24 0,36	28,62 30,90 18,72 10,02	180,85 128,00 89,60 57,90	13*56 11*53 -	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной Итого ГПД СВО	200 40 30 э за Комплекс	3,70 3,60 2,70
7,78 0,80 2,64 1,98	3,92 0,30 0,24 0,36	28,62 30,90 18,72 10,02	180,85 128,00 89,60 57,90	13*56 11*53 - - - 6*51	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной Итого ГПД СВО Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200 40 30 э за Комплекс	3,70 3,60 2,70
7,78 0,80 2,64 1,98 5,55 16,40	3,92 0,30 0,24 0,36 5,89 15,20	28,62 30,90 18,72 10,02 17,95 5,50	180,85 128,00 89,60 57,90 159,79 327,07	13*56 11*53 - - - 6*51 10/6	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной Итого ГПД СВО Борщ с капустой и картофелем со сметаной Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	200 40 30 э за Комплекс 250 90	3,70 3,60 2,70
7,78 0,80 2,64 1,98 5,55 16,40 3,30	3,92 0,30 0,24 0,36 5,89 15,20 4,20	28,62 30,90 18,72 10,02 17,95 5,50 21,15	180,85 128,00 89,60 57,90 159,79 327,07 138,00	13*56 11*53 - - - 6*51 10/6 5*58	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной Итого ГПД СВО Борщ с капустой и картофелем со сметаной Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями Пюре картофельное	200 40 30 э за Комплекс 250 90 150	3,70 3,60 2,70
7,78 0,80 2,64 1,98 5,55 16,40 3,30 0,80	3,92 0,30 0,24 0,36 5,89 15,20 4,20 0,30	28,62 30,90 18,72 10,02 17,95 5,50 21,15 30,90	180,85 128,00 89,60 57,90 159,79 327,07 138,00 128,00	13*56 11*53 - - - 6*51 10/6	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной Итого ГПД СВО Борщ с капустой и картофелем со сметаной Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	200 40 30 э за Комплекс 250 90	3,70 3,60 2,70
7,78 0,80 2,64 1,98 5,55 16,40 3,30 0,80 1,32	3,92 0,30 0,24 0,36 5,89 15,20 4,20 0,30 0,12	28,62 30,90 18,72 10,02 17,95 5,50 21,15 30,90 9,36	180,85 128,00 89,60 57,90 159,79 327,07 138,00 128,00 44,80	13*56 11*53 - - - 6*51 10/6 5*58	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной Итого ГПД СВО Борщ с капустой и картофелем со сметаной Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями Пюре картофельное Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный	200 40 30 <i>эза Комплекс</i> 250 90 150 200 20	3,70 3,60 2,70
7,78 0,80 2,64 1,98 5,55 16,40 3,30 0,80 1,32 1,32	3,92 0,30 0,24 0,36 5,89 15,20 4,20 0,30 0,12 0,24	28,62 30,90 18,72 10,02 17,95 5,50 21,15 30,90 9,36 6,68	180,85 128,00 89,60 57,90 159,79 327,07 138,00 128,00 44,80 38,60	13*56 11*53 - - - 6*51 10/6 5*58 11*53 - -	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной Итого ГПД СВО Борщ с капустой и картофелем со сметаной Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями Пюре картофельное Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной	200 40 30 3 за Комплекс 250 90 150 200 20	3,70 3,60 2,70 85,60
7,78 0,80 2,64 1,98 5,55 16,40 3,30 0,80 1,32	3,92 0,30 0,24 0,36 5,89 15,20 4,20 0,30 0,12	28,62 30,90 18,72 10,02 17,95 5,50 21,15 30,90 9,36	180,85 128,00 89,60 57,90 159,79 327,07 138,00 128,00 44,80	13*56 11*53 - - - 6*51 10/6 5*58	Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный Хлеб вит. ржаной Итого ГПД СВО Борщ с капустой и картофелем со сметаной Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями Пюре картофельное Напиток из плодов шиповника Хлеб вит. пшеничный	200 40 30 <i>эза Комплекс</i> 250 90 150 200 20	3,70 3,60 2,70