

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

## МАОУ СОШ № 181

Меню на 23 декабря 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 181

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>								
0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец		30	7,43
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		250	109,55
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		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 №2 5-11 классы 2 смена</b>								
1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым		100	27,91
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями		250	42,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой		250	109,55
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги		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

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	19,65
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	78,08
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	3,34
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	25,69

**Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	27,91
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	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*

321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,24	0,03	0,51	4,20	7/17	Закуска соленый огурец	30	7,43
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	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 №6 Булочка 1-11 классы**

4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	27,91
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	109,55
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	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

**Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

3,76	3,05	9,64	81,06	1/1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,52	15,08	63,28	-	Яблоко	130	
23,47	27,95	3,28	359,60	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	128,56

*Итого за Комплекс*

128,56

**Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню)**

17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Батон пшеничный витаминизированный	40	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	40	
0,60	0,60	17,40	73,02	-	Фрукт свежий	130	128,56

*Итого за Комплекс*

128,56

**Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	50	192,84

*Итого за Комплекс*

192,84

**Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

1,31	4,00	7,64	69,94	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	100	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
21,71	11,32	38,49	342,65	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	250	
0,14	0,10	11,00	83,96	11*78	Компот из кураги без сахара	200	
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	192,84

<b>Комплекс №8 1-11 классы</b>							<i>Итого за Комплекс</i>	192,84
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок слобный с яблоком	100	42,00	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	33,60	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	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	

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Андреева Л. В.

## Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

## МАОУ СОШ № 181

Меню на 23 декабря 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 181

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>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	19,65
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	58,16
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	3,34
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	25,69
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	21,73
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	87,64
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	4,38
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	19,65
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	150	58,16
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	3,34
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	25,69
<b>Обед</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	21,73
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	87,64
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	200	4,38
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>							
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00
<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00
<b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
3,76	3,05	10,15	83,76	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
17,60	20,97	2,46	269,70	4/54	Омлет с сыром	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*74	Чай "Каркаде" без сахара	200	
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб ржаной	20	108,64
					<i>Итого за Комплекс</i>		108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
17,96	19,65	1,04	252,60	8 (2018 № 2/6	Омлет безмолочный запеченный или паровой	200	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай "Каркаде" 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	20	
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	
							108,64
					<i>Итого за Комплекс</i>		108,64
<b>Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*78	Компот из кураги 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
					<i>Итого за Комплекс</i>		162,95
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
1,28	3,97	7,05	67,96	7/22	Салат из картофеля с солёным огурцом и луком репчатым	80	
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	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
					<i>Итого за Комплекс</i>		162,95
<b>Комплекс №8 1-11 классы</b>							
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	42,00
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	200	33,60
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	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
<b>ГПД СВО</b>							
11,00	10,64	58,00	191,44	6/63	Суп с макаронными изделиями	250	
15,55	15,70	48,29	408,60	9*17	Плов из птицы (бедро куриное) с куркумой	200	
0,14	0,10	21,64	83,96	11*52	Компот из кураги	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	
4,90	4,30	40,90	222,00	13*55	Пирожок сдобный с яблоком	100	220,51
					<i>Итого за Комплекс</i>		220,51