

| Пищевые вещества | | | Ккал | № ТТК | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб |
|--|-------|----------|--------|-------|--|----------|-----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| Комплекс №2 5-11 классы 1 смена | | | | | | | |
| 0,24 | 0,03 | 0,51 | 4,20 | 7/17 | Закуска соленый огурец | 30 | 19,6 |
| 13,90 | 13,70 | 28,60 | 309,00 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | 89,59 |
| 3,25 | 4,82 | 35,58 | 270,80 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 180 | 39,17 |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | 19,58 |
| 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 | | | | | | | 176,94 |
| Комплекс №2 5-11 классы 2 смена | | | | | | | |
| 1,37 | 5,00 | 4,01 | 65,09 | 7/18 | Салат из соленых огурцов с зеленым горошком | 100 | 58,06 |
| 5,44 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 50,00 |
| 13,90 | 13,70 | 28,60 | 309,00 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | 89,59 |
| 3,25 | 4,82 | 35,58 | 270,80 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 180 | 39,17 |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | 19,58 |
| 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 | | | | | | | 265,40 |
| Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 8,02 | 15,15 | 10,34 | 198,73 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом 20/15/15 | 50 | 64,43 |
| 6,20 | 8,10 | 32,00 | 229,00 | 2/5 | Каша молочная Ассорти (пшено, рис) с маслом слив. | 250 | 67,89 |
| 0,14 | 0,09 | 9,20 | 36,14 | 12/2 | Соус из малины | 40 | 26,06 |
| 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,61 | 11/54 | Чай лимонный | 200 | 15,85 |
| 9,90 | 1,80 | 50,10 | 289,50 | - | Хлеб вит. ржаной | 30 | 2,71 |
| Обед | | | | | | | |
| 1,37 | 5,00 | 4,01 | 65,09 | 7/18 | Салат из соленых огурцов с зеленым горошком | 100 | 58,06 |
| 5,44 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 50,00 |
| 13,90 | 13,70 | 28,60 | 309,00 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | 89,59 |
| 3,25 | 4,82 | 35,58 | 270,80 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 180 | 39,17 |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | 19,58 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб вит. пшеничный | 50 | 4,50 |
| | | | | - | Хлеб вит. ржаной | 50 | 4,50 |
| Итого за Комплекс | | | | | | | 442,34 |
| Комплекс №5 5-11 классы | | | | | | | |
| 0,24 | 0,03 | 0,51 | 4,20 | 7/17 | Закуска соленый огурец | 30 | 19,6 |
| 13,90 | 13,70 | 28,60 | 309,00 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | 89,59 |
| 3,25 | 4,82 | 35,58 | 270,80 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 180 | 39,17 |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | 19,58 |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб вит. пшеничный | 50 | 4,50 |
| Итого за Комплекс | | | | | | | 176,94 |
| Комплекс №6 Булочка 1-11 классы | | | | | | | |
| 3,00 | 14,28 | 22,20 | 225,00 | 13*11 | Булочка с корицей | 100 | 50,00 |
| Итого за Комплекс | | | | | | | 50,00 |
| Комплекс №7 Суп 1-11 классы | | | | | | | |
| 5,42 | 11,25 | 10,00 | 163,33 | 6*73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 50,00 |
| Итого за Комплекс | | | | | | | 50,00 |
| Комплекс №9 5-11 Обед | | | | | | | |
| 1,37 | 5,00 | 4,01 | 65,09 | 7/18 | Салат из соленых огурцов с зеленым горошком | 100 | 58,06 |
| 5,44 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 50,00 |
| 13,90 | 13,70 | 28,60 | 309,00 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | 89,59 |
| 3,25 | 4,82 | 35,58 | 270,80 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 180 | 39,17 |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | 19,58 |
| 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 | | | | | | | 265,40 |
| Комплекс №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 | |
| 5,20 | 6,80 | 26,90 | 295,48 | 2/5/2 | Каша молочная Ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным без сахара | 250 | |

| | | | | | | | |
|---|-------|-------|--------|---|--|-----|--------|
| 4,03 | 3,19 | 6,87 | 68,88 | 11/66 (MP 2.4.0162-19 2.4 № 11.10а) | Чай лимонный без сахара | 200 | |
| 1,54 | 0,60 | 10,66 | 53,90 | - | Батон пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб вит. ржаной | 40 | 176,94 |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 176,94 |
| Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом) | | | | | | | |
| 1,37 | 5,00 | 4,01 | 65,09 | 7/18 | Салат из соленых огурцов с зеленым горошком | 100 | |
| 5,44 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | |
| 13,90 | 13,70 | 28,60 | 309,00 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | |
| 3,25 | 4,82 | 35,58 | 270,80 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 180 | |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/79 | Напиток из вишни без сахара | 200 | |
| 3,30 | 0,30 | 23,40 | 112,00 | - | Хлеб вит. пшеничный | 50 | |
| | | | | | | | 265,40 |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 265,40 |
| Комплекс №1 5-11 классы (безмолочное меню) | | | | | | | |
| 3,60 | 12,75 | 41,88 | 296,55 | 2/62/5 | Каша жидкая геркулесовая на воде с маслом растительным и курагой | 250 | |
| 0,14 | 0,09 | 9,20 | 36,14 | 12/2 | Соус из малины | 30 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/54 | Чай лимонный | 200 | |
| 3,08 | 1,20 | 21,32 | 107,81 | - | Батон пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб вит. ржаной | 40 | |
| | | | | | | | 176,94 |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 176,94 |
| Комплекс №2 5-11 класс (безмолочное меню) | | | | | | | |
| 1,37 | 5,00 | 4,01 | 65,09 | 7/18 | Салат из соленых огурцов с зеленым горошком | 100 | |
| 5,44 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73 | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | |
| 13,90 | 13,70 | 28,60 | 309,00 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | |
| 3,25 | 4,82 | 35,58 | 270,80 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 180 | |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 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 | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 265,40 |
| Комплекс №8 1-11 классы | | | | | | | |
| 5,42 | 11,25 | 10,00 | 163,33 | 6*73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 50,00 |
| 3,00 | 14,28 | 22,20 | 225,00 | 13*11 | Булочка с корицей | 100 | 50,00 |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | 19,58 |
| 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> | | | | | | | 123,18 |

Заведующий производством _____ Андреева Л. В.

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Директор МАОУ СОШ № 181

Поматиллов С. С.

Меню на 19 января 2026 года*

Корнильцева М.С.

| Пищевые вещества | | | Ккал | № ТТК | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб |
|---|-------|----------|--------|-------------------------------------|--|----------|-----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| Комплекс №1 1-4 классы 1 смена | | | | | | | |
| 5,14 | 11,15 | 10,28 | 148,51 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10 | 40 | 54,39 |
| 5,20 | 6,80 | 26,90 | 295,48 | 2/5 | Каша молочная Ассорти (пшено, рис) с маслом слив. | 210 | 57,03 |
| 0,14 | 0,09 | 9,20 | 36,14 | 12/2 | Соус из малины | 30 | 19,54 |
| 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,61 | 11/54 | Чай лимонный | 200 | 15,85 |
| 1,98 | 0,36 | 10,02 | 57,90 | - | Хлеб вит. ржаной | 30 | 2,71 |
| Итого за Комплекс | | | | | | | 149,52 |
| Комплекс №1 1-4 классы 2 смена | | | | | | | |
| 1,09 | 4,00 | 3,21 | 52,07 | 7/18 | Салат из соленых огурцов с зеленым горошком | 80 | 28,86 |
| 5,44 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 50,00 |
| 12,30 | 11,52 | 22,30 | 266,91 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | 89,59 |
| 2,70 | 4,00 | 29,53 | 124,83 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 150 | 32,64 |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | 19,58 |
| 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 | | | | | | | 224,27 |
| Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 5,14 | 11,15 | 10,28 | 148,51 | 1/57 | Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10 | 40 | 54,39 |
| 5,20 | 6,80 | 26,90 | 295,48 | 2/5 | Каша молочная Ассорти (пшено, рис) с маслом слив. | 210 | 57,03 |
| 0,14 | 0,09 | 9,20 | 36,14 | 12/2 | Соус из малины | 30 | 19,54 |
| 0,24 | 0,05 | 14,07 | 55,61 | 11/54 | Чай лимонный | 200 | 15,85 |
| 1,98 | 0,36 | 10,02 | 57,90 | - | Хлеб вит. ржаной | 30 | 2,71 |
| Обед | | | | | | | |
| 1,09 | 4,00 | 3,21 | 52,07 | 7/18 | Салат из соленых огурцов с зеленым горошком | 80 | 28,86 |
| 5,44 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 50,00 |
| 12,30 | 11,52 | 22,30 | 266,91 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | 89,59 |
| 2,70 | 4,00 | 29,53 | 124,83 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 150 | 32,64 |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | 19,58 |
| 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 | | | | | | | 373,79 |
| Комплекс №6 Булочка 1-11 классы | | | | | | | |
| 3,00 | 14,28 | 22,20 | 225,00 | 13*11 | Булочка с корицей | 100 | 50,00 |
| Итого за Комплекс | | | | | | | 50,00 |
| Комплекс №7 Суп 1-11 классы | | | | | | | |
| 5,42 | 11,25 | 10,00 | 163,33 | 6*73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 50,00 |
| Итого за Комплекс | | | | | | | 50,00 |
| Комплекс №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 | 149,52 |
| 5,20 | 6,80 | 26,90 | 295,48 | 2/5/2 | Каша молочная Ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным без сахара | 210 | |
| 0,26 | 0,06 | 0,48 | 55,61 | 11/66 (МР 2.4.0162-19 2.4 № 11.10а) | Чай лимонный без сахара | 200 | |
| 1,54 | 0,60 | 10,66 | 53,90 | - | Батон пшеничный витаминизированный | 20 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб вит. ржаной | 40 | |
| Итого за Комплекс | | | | | | | 149,52 |
| Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню) | | | | | | | |
| 2,88 | 10,20 | 33,51 | 237,24 | 02.05.2001 | Каша Ассорти (рис, пшено) на воде и маслом растительным | 200 | 149,52 |
| 0,14 | 0,09 | 9,20 | 36,14 | 12/2 | Соус из малины | 30 | |
| 0,18 | 0,04 | 13,75 | 53,14 | 11/54 | Чай лимонный | 200 | |
| 3,08 | 1,20 | 21,32 | 107,81 | - | Батон пшеничный витаминизированный | 40 | |
| 2,64 | 0,48 | 16,68 | 77,35 | - | Хлеб вит. ржаной | 40 | |
| | | | | | | | |
| Итого за Комплекс | | | | | | | 149,52 |
| Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом) | | | | | | | |
| 1,09 | 4,00 | 3,21 | 52,07 | 7/18 | Салат из соленых огурцов с зеленым горошком | 80 | |
| 5,44 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | |

| | | | | | | | |
|--|-------|-------|--------|-------|--|-----|--------|
| 12,30 | 11,52 | 22,30 | 266,91 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | |
| 2,70 | 4,00 | 29,53 | 124,83 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 150 | |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/79 | Напиток из вишни без сахара | 200 | |
| 1,32 | 0,12 | 9,36 | 44,80 | - | Хлеб вит. пшеничный | 20 | |
| 1,32 | 0,24 | 6,68 | 38,60 | - | Хлеб вит. ржаной | 20 | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 224,27 |
| Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню) | | | | | | | |
| 1,09 | 4,00 | 3,21 | 52,07 | 7/18 | Салат из соленых огурцов с зеленым горошком | 80 | |
| 5,44 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | |
| 12,30 | 11,52 | 22,30 | 266,91 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | |
| 2,70 | 4,00 | 29,53 | 124,83 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 150 | |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | |
| 1,32 | 0,12 | 9,36 | 44,80 | - | Хлеб вит. пшеничный | 20 | |
| 1,32 | 0,24 | 6,68 | 38,60 | - | Хлеб вит. ржаной | 20 | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 224,27 |
| Комплекс №8 1-11 классы | | | | | | | |
| 5,42 | 11,25 | 10,00 | 163,33 | 6*73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 50,00 |
| 3,00 | 14,28 | 22,20 | 225,00 | 13*11 | Булочка с корицей | 100 | 50,00 |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | 19,58 |
| 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> | | | | | | | 123,18 |
| ГПД СВО | | | | | | | |
| 5,44 | 11,25 | 12,32 | 168,07 | 6/73 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 200 | |
| 12,30 | 11,52 | 22,30 | 266,91 | 8/55 | Гуляш из свинины | 100 | |
| 2,70 | 4,00 | 29,53 | 124,83 | 5/74 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 150 | |
| 0,18 | 0,05 | 9,63 | 37,58 | 11/7 | Напиток из вишни | 200 | |
| 1,32 | 0,12 | 9,36 | 44,80 | - | Хлеб вит. пшеничный | 20 | |
| 1,32 | 0,24 | 6,68 | 38,60 | - | Хлеб вит. ржаной | 20 | |
| 3,00 | 14,28 | 22,20 | 225,00 | 13*11 | Булочка с корицей | 100 | |
| <i>Итого за Комплекс</i> | | | | | | | 220,31 |

Заведующий производством _____ Сыскова А.Р.