

Поматиллов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 64

Меню на 10 сентября 2025 года*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 64

Бурляева Н.Н.

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	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2*60	Каша жидкая пшенная с маслом	220	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/7	Соус из абрикоса	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
						<i>Итого за Комплекс</i>	108,64
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,04	0,08	5,52	48,00	7/83	Морковные палочки	80	34,80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/2	Борщ с морской капустой	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	74,57
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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>	162,95
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,77	3,84	5,71	60,00	7/38	Закуска витаминка (с яблоком)	30	8,11
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	107,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	4,38
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
						<i>Итого за Комплекс</i>	128,56
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
1,30	4,98	13,72	98,78	7/83	Салат из моркови, сахара и изюма	100	29,49
5,31	10,73	16,16	176,44	6/2	Борщ с морской капустой	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	107,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	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 №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	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2*60	Каша жидкая пшенная с маслом	220	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/7	Соус из абрикоса	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
Обед							
1,04	0,08	5,52	48,00	7/83	Морковные палочки	80	34,80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/2	Борщ с морской капустой	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	74,57
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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>	271,59

Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,30	12,20	47,50	345,00	2*60	Каша жидкая пшеничная с маслом	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/7	Соус из абрикоса	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
1,30	4,98	13,72	98,78	7/83	Салат из моркови, сахара и изюма	100	29,49
5,31	10,73	16,16	176,44	6/2	Борщ с морской капустой	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	107,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	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							
0,77	3,84	5,71	60,00	7/38	Закуска витаминка (с яблоком)	30	8,11
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	107,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	4,38
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
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							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*11	Булочка домашняя	100	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
1,30	4,98	13,72	98,78	7/83	Салат из моркови, сахара и изюма	100	29,49
5,31	10,73	16,16	176,44	6/2	Борщ с морской капустой	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свиной и куркумой	250	107,97
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	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 №8 Напиток 1-11 классы							
5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	5,80
Итого за Комплекс							5,80
Комплекс №16 1-4 классы 2 смена							
1,04	0,08	5,52	48,00	7/83	Морковные палочки	80	34,80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/2	Борщ с морской капустой	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свиной и куркумой	200	74,57
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	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

Заведующий производством _____ Виляпина А.В.