

Поматиллов С. С.

MAOY COIL № 64

Меню на 16 сентября 2025 года*

Директор МАОУ СОШ № 64

Бурляева Н.Н.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	19,65
13,80	20,25	3,60	251,25	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	58,16
0,18	0,04	13,73	53,14	11*56	Чай "Карамель" с сахаром	200	3,34
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб впит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	25,69
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
0,95	4,80	4,74	63,53	7*48	Салат из свежих овощей	80	21,73
5,44	10,25	37,50	178,07	6*57	Суп картофельный с бобовыми	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 впит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб впит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,80	0,10	2,50	14,00	7*11	Закуска огурец свежий	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 впит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб впит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
2,80	5,28	8,54	120,10	7*48	Салат из свежих овощей	100	27,91
8,92	7,73	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	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 впит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб впит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
1,30	10,80	8,20	135,20	1*1	Бутерброд с маслом 20/10	30	19,65
13,80	20,25	3,60	251,25	4*56	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	58,16
0,18	0,04	13,73	53,14	11*56	Чай "Карамель" с сахаром	200	3,34
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб впит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	-	Яблоко	130	25,69
Обед							
0,95	4,80	4,74	63,53	7*48	Салат из свежих овощей	80	21,73
5,44	10,25	37,50	178,07	6*57	Суп картофельный с бобовыми	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 впит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб впит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

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
18,40	27,00	4,80	335,00	4/56	Омлет натуральный с маслом сливочным	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							
2,60	5,26	8,54	120,10	7*48	Салат из свежих овощей	100	27,91
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	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							
0,80	0,10	2,50	14,00	7*11	Закуска огурец свежий	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
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
Итого за Комплекс							42,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
2,60	5,26	8,54	120,10	7*48	Салат из свежих овощей	100	27,91
8,92	7,75	19,50	185,00	6*57	Суп картофельный с бобовыми	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 №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							
0,95	4,80	4,74	63,53	7*48	Салат из свежих овощей	80	21,73
5,44	10,25	37,50	178,07	6*57	Суп картофельный с бобовыми	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
Итого за Комплекс							162,95

Заведующий производством _____ Видяпина А.В.