Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 64

Директор МАОУ СОШ № 64

Поматиллов С. С.

Меню на 18 сентября 2025 года*

Бурляева Н.Н.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб	
Белки	Жиры	Углеводы						
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена								
16,47	4,86	2,70	120,60	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	90	59,40	
7,80	8,10	34,20	251,93	5*78	Булгур с овощами	150	15,48	
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,06	
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80	
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	25,69	
<i>Итого за Комплекс</i>								108,64
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена								
1,40	4,80	9,20	95,90	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом	80	21,73	
8,20	10,64	30,56	197,44	6*63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00	
12,67	18,98	16,12	272,00	8*26	Греча по-Царски с мясом и овощами со свиной б/к	200	87,64	
0,18	0,07	21,67	83,45	11*5	Напиток из черноплодой рябины	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								
0,91	1,23	3,35	25,26	7*52	Горошек консервированный	30	7,43	
14,07	19,80	20,00	351,00	8*26	Греча по-Царски с мясом и овощами со свиной б/к	250	109,55	
0,18	0,07	21,67	83,45	11*5	Напиток из черноплодой рябины	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
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена								
1,40	6,00	7,70	94,00	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом	100	27,91	
8,20	10,64	30,56	197,44	6*63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00	
14,07	19,80	20,00	351,00	8*26	Греча по-Царски с мясом и овощами со свиной б/к	250	109,55	
0,18	0,07	21,67	83,45	11*5	Напиток из черноплодой рябины	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								
16,47	4,86	2,70	120,60	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	90	59,40	
7,80	8,10	34,20	251,93	5*78	Булгур с овощами	150	15,48	
0,20	0,10	9,40	38,00	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,06	
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80	
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	25,69	
Обед								
1,40	4,80	9,20	95,90	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом	80	21,73	
8,20	10,64	30,56	197,44	6*63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00	
12,67	18,98	16,12	272,00	8*26	Греча по-Царски с мясом и овощами со свиной б/к	200	87,64	
0,18	0,07	21,67	83,45	11*5	Напиток из черноплодой рябины	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							
21,96	6,48	3,60	160,80	9*10	Фрикасе из филе грудки в сметанном соусе	120	76,23
6,63	9,76	45,60	268,40	5*78	Булгур с овощами	180	18,57
0,18	0,05	9,63	37,58	11*18	Чай с малиной и сахаром	200	4,06
1,54	0,60	10,02	54,00	-	Батон пшеничный	20	2,21
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
0,52	0,26	12,74	55,38	16*2	Яблоко	130	25,69
Обед							
1,40	6,00	7,70	94,00	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом	100	27,91
8,20	10,64	30,56	197,44	6*63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
14,07	19,80	20,00	351,00	8*26	Греча по-Царски с мясом и овощами со свиной б/к	250	109,55
0,18	0,07	21,67	83,45	11*5	Напиток из черноплодой рябины	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>							321,40
Комплекс №5 5-11 классы							
0,91	1,23	3,35	25,26	7*52	Горошек консервированный	30	7,43
14,07	19,80	20,00	351,00	8*26	Греча по-Царски с мясом и овощами со свиной б/к	250	109,55
0,18	0,07	21,67	83,45	11*5	Напиток из черноплодой рябины	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
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы							
8,60	11,90	54,30	364,00	13*16	Булочка с маком	100	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00
Комплекс №7 Суп 1-11 классы							
8,20	10,64	30,56	197,44	6*63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00
Комплекс №9 5-11 Обед							
1,40	6,00	7,70	94,00	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом	100	27,91
8,20	10,64	30,56	197,44	6*63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
14,07	19,80	20,00	351,00	8*26	Греча по-Царски с мясом и овощами со свиной б/к	250	109,55
0,18	0,07	21,67	83,45	11*5	Напиток из черноплодой рябины	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 №8 Напиток 1-11 классы							
5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	5,80
<i>Итого за Комплекс</i>							5,80
Комплекс №16 1-4 классы 2 смена							
1,40	4,80	9,20	95,90	7*75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом	80	21,73
8,20	10,64	30,56	197,44	6*63	Суп с макаронными изделиями	250	42,00
12,67	18,98	16,12	272,00	8*26	Греча по-Царски с мясом и овощами со свиной б/к	200	87,64
0,18	0,07	21,67	83,45	11*5	Напиток из черноплодой рябины	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

Заведующий производством _____ Видяпина А.В.