

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 55

Директор МАОУ СОШ № 55

Поматиллов С. С.

Меню на 11 марта 2026 года*

Шаерман Л.В.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
Комплекс №1 1-4 классы 1 смена							
17,19	2,83	7,77	125,23	9/8	Котлета куриная	90	82,66
5,65	4,07	35,42	200,44	5/54	Макаронные изделия отварные	150	35,94
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	23,72
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							149,52
Комплекс №1 1-4 классы 2 смена							
1,07	2,42	9,68	83,94	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	80	28,22
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	50,00
16,40	15,20	5,50	327,07	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	90	81,04
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Пюре картофельное	150	47,37
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	14,04
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>							224,27
Комплекс №2 5-11 классы 1 смена							
0,40	2,10	2,90	33,00	7/24	Закуска витаминка (с морковью)	30	5,53
18,30	16,90	6,10	251,00	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	100	96,93
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	56,84
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	14,04
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>							176,94
Комплекс №2 5-11 классы 2 смена							
1,30	4,98	13,72	98,78	7/19	Салат из моркови, сахара и изюма, с растительным маслом	100	38,59
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	50,00
18,30	16,90	6,10	251,00	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	100	96,93
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	56,84
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	14,04
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>							265,40
Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы							
Завтрак							
17,19	2,83	7,77	125,23	9/8	Котлета куриная	90	82,66
5,65	4,07	35,42	200,44	5/54	Макаронные изделия отварные	150	35,94
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	23,72
1,54	0,60	10,66	53,90	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
1,07	2,42	9,68	83,94	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	80	28,22
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	50,00
16,40	15,20	5,50	327,07	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	90	81,04
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Пюре картофельное	150	47,37
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	14,04
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>							373,79
Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы							
Завтрак							
4,98	11,60	10,28	166,36	9/8	Котлета куриная	100	97,37
4,79	11,15	9,88	159,96	5/54	Макаронные изделия отварные	180	48,65
0,19	0,12	0,48	48,19	11/51	Какао с молоком	200	23,72
3,64	2,73	11,30	96,57	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
Обед							
1,30	3,00	17,50	100,00	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	100	38,59
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	50,00
18,30	16,90	6,10	251,00	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	100	96,93
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	56,84

0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	14,04	
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>							442,34	
Комплекс №5 5-11 классы								
0,40	2,10	2,90	33,00	7/24	Закуска витаминка (с морковью)	30	5,53	
18,30	16,90	6,10	251,00	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	100	96,93	
3,96	5,04	25,38	165,60	5*58	Пюре картофельное	180	56,84	
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	200	14,04	
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>							176,94	
Комплекс №6 Булочка 1-11 классы								
9,68	7,20	34,64	244,00	13*7	Булочка с корицей	100	50,00	
<i>Итого за Комплекс</i>							50,00	
Комплекс №7 Суп 1-11 классы								
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	50,00	
<i>Итого за Комплекс</i>							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	
6,85	6,45	34,64	219,20	2/75	Каша пшеничная молочная жидкая без сахара	220		
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной витаминизированный	40		
<i>Итого за Комплекс</i>								149,52
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)								
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57 (2018 № 1/6)	Яйцо отварное 1 шт.	50	149,52	
4,06	4,04	31,30	171,85	2/72	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200		
0,23	0,13	10,96	43,57	12*2	Соус из малины	40		
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай с сахаром	200		
3,08	1,2	21,32	107,81	-	Батон пшеничный	40		
1,32	0,24	8,34	38,68	-	Хлеб вит. ржаной	20		
<i>Итого за Комплекс</i>								149,52
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)								
1,07	2,42	15,97	83,94	7/40	Салат из моркови, изюма, с растительным маслом без сахара	80	224,27	
5,55	12,08	17,95	199,79	6/52	Борщ с капустой и картофелем со сметаной без сахара	250		
16,40	15,20	5,50	327,07	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	90		
3,28	4,26	22,92	141,83	5/58	Пюре картофельное	150		
0,65	0,27	12,03	46,50	11/68	Напиток из плодов шиповника 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		
<i>Итого за Комплекс</i>								224,27
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)								
1,07	2,42	9,68	83,94	7*19	Салат из моркови, сахара и изюма	80	224,27	
5,55	5,89	17,95	159,79	6/51-1	Борщ с капустой и картофелем	250		
16,40	15,20	5,50	327,07	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	90		
3,28	4,26	22,92	141,83	5/58-1 (2004 № 520)	Пюре картофельное без молока	150		
0,80	0,33	36,17	138,10	11/53	Напиток из плодов шиповника	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		
<i>Итого за Комплекс</i>								224,27
ГПД СВО								
5,55	5,89	17,95	159,79	6*51	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	130,88	
16,40	15,20	5,50	327,07	10/6	Котлеты из рыбы (филе минтая) с отрубями	90		
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Пюре картофельное	150		
0,80	0,30	30,90	128,00	11*53	Напиток из плодов шиповника	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>								130,88

Заведующий производством _____