

Меню на 29.09.2025
Школа № 104
(Льготное питание)



Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
--------------------	-------------	--------------	------------	-------	------	--------------

Комплекс 1 Завтрак

15/М.	Сыр полутвердый	15	23.55	54	3.48	4.43	
121 /2017 М	Суп молочный "Геркулес"	250	26.37	211.3	5.51	6.97	12.68
ту 9115-00	Хлебный батон	46	4.23	108.3	3.6	0.92	13.01
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
338/М.	Яблоко	120	17.28	56.4	0.48	0.48	11.75
Итого комплекс 1:		638	76.45	492			

Комплекс 2 Завтрак

№280/330/ 17 М.	Фрикадельки в соусе/гов./с/смет./	50/50	50.74	193	15.5	11	8.7
202/ М.	Макароны отварные	180	23.26	202.14	6.79	5.41	31.72
71 / М	Огурец свеж.	60	11.36	17.82	0.42	0.06	0.42
ТУ9115-00	Хлебный батон	26	2.33	58.45	2.25	0.575	8.75
375,376/М.	Чай с сахаром	180	2.44	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 2:		546	90.13	531.41			

Комплекс 3 Обед

82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.95	83	1.44	3.94	8.75
268/331 М	Биточки / гов. / с с-м см. том.	60/30	58.53	270.8	10.5	9.34	17.82
171/302 М	Каша гречневая	150	16.11	243.75	3.6	6.1	27.18
71 / М	Огурец свеж.	60	11.36	17.82	0.42	0.06	0.42
ТУ9115-00	Хлебный батон	30	2.78	70.1	2.7	0.69	10.1
Гост	Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный	100	23.26				
486/ П	Компот из свеж. яблок	180	14.31	41.4	0.09	0.09	9.99
Итого комплекс 3:		730	107.03	775.486			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

Меню на 29.09.2025
Школа № 104
(Льготное питание ОВЗ)

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
--------------------	-------------	--------------	------------	-------	------	--------------

Комплекс 5 Завтрак

15/М.	Сыр полутвердый	15	23.55	54	3.48	4.43	
121 /2017 М	Суп молочный "Геркулес"	250	26.37	211.3	5.51	6.97	12.68
ту 9115-00	Хлебный батон	46	4.23	108.3	3.6	0.92	13.01
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
338/М.	Яблоко	120	17.28	56.4	0.48	0.48	11.75
Итого комплекс 5:		638	76.45	492			

Комплекс 6 Обед

82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.95	83	1.44	3.94	8.75
268/331 М	Биточки / гов. / с с-м см. том.	60/30	58.53	270.8	10.5	9.34	17.82
171/302 М	Каша гречневая	150	16.11	243.75	3.6	6.1	27.18
71 / М	Огурец свеж.	60	11.36	17.82	0.42	0.06	0.42
ТУ9115-00	Хлебный батон	30	2.78	70.1	2.7	0.69	10.1
Гост	Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный						
486/ П	Компот из свеж. яблок	180	4.31	41.4	0.09	0.09	9.99
Итого комплекс 6:		730	107.03	775.486			

Комплекс 7 Завтрак

№280/330/ 17 М.	Фрикадельки в соусе/гов./с/смет./	50/50	50.74	193	15.5	11	8.7
202/ М.	Макароны отварные	180	23.26	202.14	6.79	5.41	31.72
71 / М	Огурец свеж.	60	11.36	17.82	0.42	0.06	0.42
ТУ9115-00	Хлебный батон	26	2.33	58.45	2.25	0.575	8.75
375,376/М.	Чай с сахаром	180	2.44	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 7:		546	90.13	531.41			

Комплекс 8 Обед

82/ М	Борщ с капустой и картофелем	250	14.83	106	2	5.2	13.1
54-23м/330 М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	41.45	233	6.04	9.33	11.88
302/М.	Каша гречневая		19.33	292.5	10.18	7.34	29.37
71 / М	Огурец свеж.	60	11.36	17.82	0.42	0.06	0.42
ту9115-001	Хлебный батон	51	4.66	116.9	0.92	1.09	16.5
Гост	Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный						
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	4.79	114.6	0.16	0.16	27.88
№769/2004	Булка домашняя	50	9.05	197	3.75	6.6	30.5
338/М.	Яблоко	130	18.72	61.1	0.52	0.52	12.74
Итого комплекс 8:		861	126.18	1187.53			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

Меню на 29.09.2025 Школа № 104

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
--------------------	-------------	--------------	------------	-------	------	--------------

Холодные блюда

№6/Л.	Б-д с колб." Сервелат Финский"...	20/25	25.03	139.5	4.77	7.43	13.34
5/294 М.	Бутерброд с котлетой из птицы /лист салата/...	190/1	66.61	362	19.44	11.72	44.46
95,612 /Л.	Рыба жарен. под маринад. минтай /филе/...	50/50	33.09	173	5.8	8.3	14.83
67/ М.	Винегрет овощ./зел. гор., лист сал./зел./...	100/1/1	20.98	125.1	1.4	10.1	7.29
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./...	100/1/1	23.25	84	1.3	5	8
73 М.	Икра из св.кабачков/ капуста/ зел....	100/1	33.78	133.8	2.73	7.187	14.545
250 Л.	Баклажаны жареные смет. /зел./...	50/5/1	18.66	53.5	0.95	3.7	3.9
№ 24 М.	Салат из свежих помидоров и огурцов зел.л. салата...	100/1	31.32	70.07	0.964	6.076	3.464
75 /М.	Икра свекольная /зел. лист сал./...	100/1/1	18.54	13.93	2.4	7.6	13
338 /М	Яблоко...	100	14.40	47	0.4	0.4	9.8
338 М.	Виноград свеж....	100	34.32	72	0.6	0.6	15.4
338 М.	Нектарин...	100	30.00	45	0.78	3	9.5
629/Л.	Лимон с сахаром...	30/10	10.98	67.6	8.26	0.04	15.48
674 /Л.	Яблоки печеные...	75	16.56	120.7	0.22	0.15	30.1

Первые блюда

82/ М	Борщ с капустой и картофелем...	250	14.83	106	2	5.2	13.1
-------	---------------------------------	-----	-------	-----	---	-----	------

Вторые блюда

377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	103.08	160	9.3	6.8	14.2
484 сб.	Перец фарш. мясом	97/38	85.40	162	10.7	9.5	8.7
2004 г соус №601	рисом / соус см.томат./...						
Акт конт. прораб. от	Котлета нат.рублен.из птицы / филе/...	100	79.44	248	15	14.2	14.4
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	71.29	184	24.18	17.09	0.04
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	90	65.00	327	20.7	22.4	10
№392/М.	Пельмени отв. со сметаной...	200/20	104.01	352	19.6	13	37.2
№253 сб 2004	Тыква жареная /смет./...	80/20	45.18	101	1.6	7.4	6.6

Диетические

395 М.	Вареники с творожным фаршем с маслом...	180/5	68.80	368	21.59	12.41	42.43
129 сб 2017 г.	Капуста отварная с маслом/ цветная/...	50/3	35.18	22	0.71	1.68	1.055
256/М.	Мясо тушеное/ говядина/...	50/50	118.96	225	15.2	17.38	2.56
№358/Л.	Сырники из тв. сах. смет....	100/10/20	116.09	251	15.2	12.4	18.9

Гарниры

202/309 /М	Макароны отварные...	150	19.38	168.45	5.02	11.2	24.45
171/302 М	Каша гречневая...	150	18.96	243.75	3.6	6.1	27.18
522/04	Картофель жареный...	150	32.50	306	4.35	15.75	30.3

Мучные изделия

№397 /М.	Блинчики с маслом...	60/3	29.92	148.8	3.18	6.06	19.8
№413/М.	Пицца школьная...	100	54.21	299	9.89	16.25	28.3
747/ Л.	Сосиска запеч. в тесте...	55/50	49.78	228	9.6	13.84	26.9
№850	Хачапури	75	61.14	346	13.9	28.17	36.78
сб.1997г.	имеретинские...						
418	Слойка с	100	28.11	333.3	3.17	11.79	50.72
сб2017г.М	конфитюром...						
Акт конт. пр. 05.10.2	Слойка с маковой начинкой...	120	34.36	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт. пр. 05.10.23 г.	Слойка с молоком сгущенным вареным/шоколад.кокос/...	110	42.95	357	7.59	10.27	58.62
№408.471/ 17 М.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем...	75	48.63	88	2.42	1.08	17.11
ТТК № 3	Булочка с сыром...	60	17.56	218	5.48	6.52	34.4
766/Л.	Сдоба обыкновенная...	100	19.52	262	7.76	4.72	47.1
774/Л.	Булочка сдобная с помадой /шок. сах./...	100	24.19	340	7.3	8.8	57.9
741/764/Л.	Ватрушка с творогом...	75	32.62	202	9.22	5.48	29.18
№687/ 685/фарш	Пирожок печеный с мясом...	60	42.58	172	8.43	6.22	20.35
Гост31806- Акт	Корж /п/ф/...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
конр.прора	Круассан с ветчиной и сыром...	145	103.97	388	15.62	12.28	53.5
Гост 31806-201	Слойка с фруктовой начинкой...	90	62.40	286	7.6	3.7	53.5
ту9115-001	Хлебный батон...	50	4.56	116.9	0.92	1.09	16.5
Гост 58161-201	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный...	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28

Напитки

486/ П	Компот из свеж. яблок...	200	4.79	114.6	0.16	0.16	27.88
375,376/М/	Чай с сахаром...	200	2.71	60	0.07	0.02	15
375,376/М.	Чай с лимоном...	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
	Чай зеленый 2 гр с сах. / пакет/...	200/15	11.05	60	0.07	0.02	15
	Чай фруктовый 2 гр с сах. / пакет/...	200/15	8.81	60			
	Чай черный классический 2 гр./ пакет/с сах....	200/15	8.81	60	0.07	0.02	15
	Чай черный с Бергамотом 2 гр.с сах....	200/15	8.81	60	0.07	0.02	15

Напитки и соки

707/ Л.	Сок фруктовый "Мой" 0,200...	200	35.00	88			
Гост 28188-201	Вода питьевая 0,5 без/газа...	1 шт.	36.25				
	Коктейль молочный "АВИШКА" ультрапаст. 0,2 л в ассортименте...	1 шт.	57.50	162.5	5.6	5	24
	Напиток не газ. "Сенежская" в ассорт. 0,44 *...	1 шт	49.75	15			4.5

Ген.директор/Технолог  Калькулятор

 Зав производством