

Меню на 06.10.2025 Школа № 104 (Льготное питание)

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

Комплекс 1 Завтрак

15/2017 М	Сыр п/твердый	10	9.66	36	2.32	2.95	
14 М	Масло слив.	10	20.00	66	0.08	4.25	0.13
175 М	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200	20.44	221.9	6.16	3.74	35.2
№209 М	Яйцо варен.	40	20.00	63	5.08	4.6	0.28
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.64	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 1:		500	76.45	547			

Комплекс 2 Завтрак

54-23м/330 М.	Биточки руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	41.36	233	6.04	9.33	11.88
302/М.	Каша гречневая	180	22.75	292.5	10.18	7.34	29.37
54-20зН	Зеленый горошек	40	19.71	16	1.28	0.08	2.64
ту9115-001	Хлебный батон	39	3.60	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 2:		559	90.13	701.6			

Комплекс 3 Обед

82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.95	83	1.44	3.94	8.75
№297.330/ М	Фрикадельки из птицы /филе/ с/см.	70/20	47.16	222.5	13.2	14.7	6.6
171/302 М	Каша пшеничная	150	16.28	177.2	6.32	4.9	36.4
71 / М	Огурец свеж.	60	15.15	17.82	0.42	0.06	0.42
ТУ 9115-00	Хлебный батон	36	3.26	86.83	3.15	0.8	12
Гост	Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16	22.88
Итого комплекс 3:		756	107.03	750.566			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано"
Директор
Подпись: *О.А. Рублева* ФИО

Меню на 06.10.2025
Школа № 104
(Льготное питание ОБЗ)

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

Комплекс 5 Завтрак

15/2017 М	Сыр п/твердый	10	9.66	36	2.32	2.95
14 М	Масло слив.	10	20.00	66	0.08	4.25
175 М	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200	20.44	221.9	6.16	3.74
№209 М	Яйцо варен.	40	20.00	63	5.08	4.6
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.64	100.1	3.2	0.92
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02
Итого комплекс 5:		500	76.45	547		

Комплекс 6 Обед

82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.95	83	1.44	3.94
№297.330/ М	Фрикадельки из птицы /филе/ с/см.	70/20	47.16	222.5	13.2	14.7
171/302 М	Каша пшеничная	150	16.28	177.2	6.32	4.9
71 / М	Огурец свеж.	60	15.15	17.82	0.42	0.06
ТУ 9115-00	Хлебный батон	36	3.26	86.83	3.15	0.8
Гост	Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16
58161-201	ржано-пшеничный					
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16
Итого комплекс 6:		756	107.03	750.566		

Комплекс 7 Завтрак

54-23м/330 М.	Биточки руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	41.36	233	6.04	9.33
302/М.	Каша гречневая	180	22.75	292.5	10.18	7.34
54-20зН	Зеленый горошек	40	19.71	16	1.28	0.08
ту9115-001	Хлебный батон	39	3.60	100.1	3.2	0.92
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02
Итого комплекс 7:		559	90.13	701.6		

Комплекс 8 Обед

82/ М	Борщ с капустой и картофелем	250	14.83	106	2	5.2
№297.330/ М	Фрикадельки из птицы /филе/ с/см.	60/40	44.78	247.2	12.4	18.5
302/М.	Каша пшеничная	180	19.54	265.5	7.56	5.45
71 / М	Огурец свежий	40	10.08	14.4	0.28	0.04
ту9115-001	Хлебный батон	50	4.52	116.9	3.78	1.09
Гост	Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16
58161-201	ржано-пшеничный					
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16
338 /М	Яблоко	100	19.20	47	0.4	0.4
Итого комплекс 8:		940	126.18	960.216		

Ген.директор/Технолог *Рублева* Калькулятор

Зав производством *Рублева*

Меню на 06.10.2025
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	23.86	125.1	1.4	10.1	7.29
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./...	100/1/1	29.27	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./...	100/10/1	36.37	107	1.9	7.4	7.8
№ 24 М.	Салат из свежих помидоров и огурцов зел.л. салата...	100/1	37.34	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	19.20	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	20.30	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
Акт конт. прораб. от	Котлета нат.рублен.из птицы / филе/...	100	79.44	248	15	14.2	14.4
484 сб.	Перец фарш. мясом	97/38	85.40	162	10.7	9.5	8.7
2004 г соус №601	рисом / соус см.томат./...						
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	90	65.00	327	20.7	22.4	10
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	71.29	184	24.18	17.09	0.04
№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

129 сб 17 М.	Капуста цветная отварная с маслом...	100/5/1	69.28	44	1.42	3.36	2.11
395 М.	Вареники с творожным фаршем с маслом...	180/5	68.80	368	21.59	12.41	42.43
№358/Л.	Сырники из тв. сах. смет....	100/10/20	116.09	251	15.2	12.4	18.9

Гарниры

171/302 М	Каша гречневая...	150	18.96	243.75	3.6	6.1	27.18
171/302 М	Каша пшеничная...	150	16.28	177.2	6.32	4.9	36.4
522Л.	Картофель жареный...	150	32.50	306	4.35	15.75	30.3

Мучные изделия

398 /М.	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом...	110/5	63.63	384	4.4	8.47	64.2
№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 сб.1997г.	Хачапури имеретинские...	75	61.14	346	13.9	28.17	36.78
418 сб2017г.М	Слойка с конфитюром...	100	28.11	333.3	3.17	11.79	50.72
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
774/Л.	Булочка сдобная с помадой /шок. сах./...	100	24.19	340	7.3	8.8	57.9
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
741/764/Л.	Ватрушка с творогом...	75	32.62	202	9.22	5.48	29.18
№405,470, 406/М.	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	22.23	92	1.82	2.04	16.62
№687/ 685/фарш	Пирожок печеный с мясом...	60	42.58	172	8.43	6.22	20.35
№793Л.	Кекс столичный...	75	57.93	323	4.57	13.84	43.06
Гост31806-	Корж /п/ф/...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
Акт 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	3.78	1.09	16.5
Гост 58161-201	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный...	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28

Напитки

491/П.	Компот из ягод заморожен....	200	11.24	114.6	0.16	0.16	22.88
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 черный классический 2 гр./ пакет/с сах....	200/15	8.81	60	0.07	0.02	15
	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 с Бергамотом 2 гр.с сах....	200/15	8.81	60	0.07	0.02	15

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав. производством