

Меню на 10.10.2025
Школа № 104
(Льготное питание)

"Согласовано"
 Директор
 Подпись _____ ФИО _____

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

Комплекс 1 Завтрак

54-25м-2020	Курица тушеная с морковью /филе/	90	49.12	113.76	8.39	11.1	3.9
171,302 /	Каша пшенная	150	15.82	229.5	6.6	5.73	33.88
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	7.04	61.9	0.9	0.1	8.2
ТУ9115-00	Хлебный батон	22	2.03	46.76	1.57	0.2	9.32
375,376/М.	Чай с сахаром	180	2.44	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 1:		502	76.45	511.92			

Комплекс 2 Завтрак

54-25м-2020	Курица тушеная с морковью /филе/	100	54.58	126.4	10.1	11.6	4.33
302/ М.	Каша пшенная	180	18.98	275.4	7.92	6.88	34.45
71 / М	Помидор свеж.	40	11.33	9.6	0.44	0.08	0.56
ТУ9115-00	Хлебный батон	28	2.53	70.1	2.7	0.69	10.1
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 2:		548	90.13	541.5			

Комплекс 3 Обед

102/ М.	Суп картофельный с горохом	250	12.49	148.25	4.2	6.77	11.53
229 М	Рыба . тушенная в томате с овощами/минтай/	50/50	30.90	123	8.55	9.6	6.8
312 М	Картофельное пюре	150	30.70	137.25	4.06	4.8	22.43
71 / М	Огурец свеж.	60	15.15	17.82	0.42	0.06	0.42
ту9115-001	Хлебный батон	50	4.56	116.9	3.78	1.09	16.5
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:		830	107.03	706.436			

Ген.директор/Технолог

А.И.И.

Калькулятор

А.И.И.

Зав производством

А.И.И.

"Согласовано"
Директор
Подпись: ФИО

Меню на 10.10.2025
Школа № 104
(Льготное питание ОБЗ)

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

Комплекс 5 Завтрак

54-25м-202 0	Курица тушеная с морковью /филе/	90	49.12	113.76	8.39	11.1	3.9
171,302 /	Каша пшенная	150	15.82	229.5	6.6	5.73	33.88
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	7.04	61.9	0.9	0.1	8.2
ТУ9115-00	Хлебный батон	22	2.03	46.76	1.57	0.2	9.32
375,376/М.	Чай с сахаром	180	2.44	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 5:		502	76.45	511.92			

Комплекс 6 Обед

102/ М.	Суп картофельный с горохом	250	12.49	148.25	4.2	6.77	11.53
229 М	Рыба . тушеная в томате с овощами/минтай/	50/50	30.90	123	8.55	9.6	6.8
312 М	Картофельное пюре	150	30.70	137.25	4.06	4.8	22.43
71 / М	Огурец свеж.	60	15.15	17.82	0.42	0.06	0.42
ту9115-001	Хлебный батон	50	4.56	116.9	3.78	1.09	16.5
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 6:		830	107.03	706.436			

Комплекс 7 Завтрак

54-25м-202 0	Курица тушеная с морковью /филе/	100	54.58	126.4	10.1	11.6	4.33
302/ М.	Каша пшенная	180	18.98	275.4	7.92	6.88	34.45
71 / М	Помидор свеж.	40	11.33	9.6	0.44	0.08	0.56
ТУ9115-00	Хлебный батон	28	2.53	70.1	2.7	0.69	10.1
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 7:		548	90.13	541.5			

Комплекс 8 Обед

102/ М.	Суп картофельный с горохом	250	12.49	148.25	4.2	6.77	11.53
388Л.	Котлета рыбная /минтай /	100	37.28	196	13	8.8	15.2
312/М.	Картофельное пюре	180	36.84	188.4	3.67	5.76	24.516
71 М	Помидор св.	50	14.16	12	0.55	10	0.7
ТУ 9115-00	Хлебный батон	34	3.13	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
№769/2004	Булка домашняя	50	9.05	197	3.75	6.6	30.5
Итого комплекс 8:		884	126.18	991.696			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

Меню на 10.10.2025
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
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
362/М.	Желе из плодов или ягод вишня (замороженных)...	200	46.87	129.2	5.46	0.02	26.16
452/П.	Желе из молока...	100	21.09				
338 /М	Яблоко...	100	19.20	47	0.4	0.4	19.8
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

102/ М.	Суп картофельный с горохом...	250	12.49	148.25	4.2	6.77	11.53
---------	-------------------------------	-----	-------	--------	-----	------	-------

Вторые блюда

377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	103.08	160	9.3	6.8	14.2
229 М	Рыба . тушеная в томате с овощами/минтай/...	50/50	30.90	123	8.55	9.6	6.8
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	90	65.00	327	20.7	22.4	10
6/9/22 Акт конт. пр.	Люля из птицы /филе/...	100/20/5	75.22	248	15	14.2	14.4
№392/М.	Пельмени отв. со сметаной...	200/20	104.01	352	19.6	13	37.2
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	71.29	184	24.18	17.09	0.04
№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 17 М.	Капуста цветная отварная с маслом...	100/5/1	69.28	44	1.42	3.36	2.11
366/Л	Запеканка творожная со сметаной...	100/20	115.13	239	15	13.3	13.7

Гарниры

171,302 /	Каша пшенная...	150	15.82	229.5	6.6	5.73	33.88
304 М.	Рис отварной...	150	24.31	209.7	3.65	5.37	36.68
312 М	Картофельное пюре...	150	30.70	137.25	4.06	4.8	22.43

Мучные изделия

398 /М.	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом...	110/5	63.63	384	4.4	8.47	64.2
---------	---	-------	-------	-----	-----	------	------

№413/М. 747/Л.	Пицца школьная... Сосиска запеч. в тесте...	100 55/50	54.21 49.78	299 228	9.89 9.6	16.25 13.84	28.3 26.9
№850 сб.1997г. 566/1973	Хачапури имеретинские... Слойка с марципаном/ помадка шок. сах. /...	75 100	61.14 38.40	346 426	13.9 7.9	28.17 10.2	36.78 58.6
Акт конт. пр. 05.10.2 774/Л.	Слойка с маковой начинкой... Булочка сдобная с помадой /шок. сах./...	120 100	34.36 24.19	333.3 340	3.17 7.3	11.79 8.8	50.72 57.9
ТТК № 3 766/Л. №738.758/ Л.	Булочка с сыром... Сдоба обыкновенная... Пирожок печен.с капустой...	60 100 60	17.56 19.52 16.64	218 262 132	5.48 7.76 3.9	6.52 4.72 3.26	34.4 47.1 20.76
741/764/Л. №687/ 685/фарш	Ватрушка с творогом... Пирожок печеный с мясом...	75 60	32.62 42.58	202 172	9.22 8.43	5.48 6.22	29.18 20.35
№793Л. №572 /1973	Кекс столичный... Сочни из песочного теста...	75 55	57.93 27.30	323 201	4.57 9.7	13.84 21.34	43.06 20.9
Гост31806- Акт конр.прора Акт конр.прора ботки от 09	Корж /п/ф/... Круассан с ветчиной и сыром... Круассан с шоколадной начинкой...	100 145 140	42.40 103.97 79.20	286 388 377.7	4.89 15.62 7.6	8.43 12.28 3.7	47.68 53.5 53.5
Гост 31806-201	Слойка с фруктовой начинкой...	90	62.40	286	7.6	3.7	53.5
№685/699/ 725/1994г. ту9115-001 Гост 58161-201	Кулебяка с кваш. капустой... Хлебный батон... Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный...	300 50 20	80.02 4.56 1.99	630 116.9 48.616	19.5 3.78 1.54	16.3 1.09 0.16	103.8 16.5 10.28

Напитки

491/П.	Компот из ягод заморожен....	200	11.24	114.6	0.16	0.16	22.88
375,376/М/ 375,376/М.	Чай с сахаром... Чай с лимоном... Чай черный классический 2 гр./ пакет/с сах....	200 200/7 200/15	2.71 5.02 8.81	60 62 60	0.07 0.13 0.07	0.02 0.02 0.02	15 15.2 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

Сладкие кондитерские изделия

Жевательный Мармелад в ассорт.30г 1/90...	1 шт	17.50					
---	------	-------	--	--	--	--	--

Напитки и соки

707/Л.	Сок фруктовый " Мой" 0,200...	200	35.00	88			
Гост 28188-201	Вода питьевая 0,5 без/газа... Коктейль молочный "АВИШКА" ультрапаст. 0,2 л в ассортименте...	1шт. 1 шт.	36.25 57.50				
	Напиток не газ. "Сенежская" в ассорт. 0,44 *...	1 шт	49.75	15			4.5
Гост 28188-201 4	"ДЖАМПЕР" напитки негазир. ароматиз. 0,33 л в ассорт....	1 шт	59.94	45			11

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав. производством