



Меню на 13.10.2025 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	7.01	8.97 12.68
ту9115-001	Хлебный батон	51	4.62	116.9	3.78	1.09 16.5
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02 15
338 /М	Яблоко	100	19.20	47	0.4	0.4 19.8
Итого комплекс 1:		616	76.45	489.2		

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 свежий	40	10.08	14.4	0.28	0.04 0.28
ТУ 9115-00	Хлебный батон	37	3.34	86.83	3.15	0.8 12
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02 15
Итого комплекс 2:		557	90.13	556.37		

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	7.54 17.82
171/302 М	Каша гречневая	150	18.96	203.75	3.6	6.1 21.18
54-27зН	Морковь отварная дольками	60	7.44	60.69	0.8	2 4.1
ТУ9115-00	Хлебный батон	31	2.85	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	5.31	41.4	0.09	0.09 9.99
Итого комплекс 3:		731	107.03	778.356		

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

Меню на 13.10.2025
Школа № 104
(Льготное питание ОБЗ)



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	7.01	8.97 12.68
ту9115-001	Хлебный батон	51	4.62	116.9	3.78	1.09 16.5
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02 15
338 /М	Яблоко	100	19.20	47	0.4	0.4 19.8
Итого комплекс 5:		616	76.45	489.2		

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	7.54 17.82
171/302 М	Каша гречневая	150	18.96	203.75	3.6	6.1 21.18
54-27зН	Морковь отварная дольками	60	7.44	60.69	0.8	2 4.1
ТУ9115-00	Хлебный батон	31	2.85	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	5.31	41.4	0.09	0.09 9.99
Итого комплекс 6:		731	107.03	778.356		

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 свежий	40	10.08	14.4	0.28	0.04 0.28
ТУ 9115-00	Хлебный батон	37	3.34	86.83	3.15	0.8 12
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02 15
Итого комплекс 7:		557	90.13	556.37		

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	180	22.75	292.5	10.18	7.34 29.37
71 / М	Огурец свеж.	60	15.15	17.82	0.42	0.06 0.42
ту 9115-00	Хлебный батон	43	3.95	108.3	3.6	0.92 13.01
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	5.90	114.6	0.16	0.16 27.88
табл.24/94	Яблоко	105	20.16	49.3	0.42	0.42 10.3
Итого комплекс 8:		958	126.18	970.136		

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

Меню на 13.10.2025
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./...	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	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	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

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

Вторые блюда

№280/330/ 17 М.	Фрикадельки в соусе/гов./с/смет./...	50/50	50.74	193	15.5	11	8.7
377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	103.08	160	9.3	6.8	14.2
6/9/22 Акт конт. пр.	Люля из птицы /филе/...	100/20/5	75.22	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
№358/Л.	Сырники из тв. сах. смет....	100/10/20	116.09	251	15.2	12.4	18.9
129 сб 2017 г.	Капуста отварная с маслом/ цветная/...	50/3	35.18	22	0.71	1.68	1.055

Гарниры

202/309 /М	Макароны отварные...	150	19.38	168.45	5.02	11.2	19.45
171/302 М	Каша гречневая...	150	18.96	203.75	3.6	6.1	21.18
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
№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 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
566/1973	Слойка с марципаном/ помадка шок. сах. /...	100	38.40	426	7.9	10.2	58.6
Акт конт. пр. 05.10.2	Слойка с маковой начинкой...	120	34.36	333.3	3.17	11.79	50.72
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
№738.758/ Л.	Пирожок печен.с капустой...	60	16.64	132	3.9	3.26	20.76
№ 685/98г 5 ч №646	Пирожок печеный с курагой...	100	29.90	266.66	11	20	86.6
741/764/Л.	Ватрушка с творогом...	75	32.62	202	9.22	5.48	29.18
741 Л.	Ватрушка с конфитюром...	75	24.53	253	4.97	9.2	39.6
№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	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

486/ П	Компот из свеж. яблок...	200	5.90	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 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

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством