

Меню на 07.11.2025
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	65.46	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
57/ Л.	Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./...	100	24.02	98	3.2	7.8	3.2
№ 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
450/П.	Желе из сока Нектар Вишня...	200	24.60	65.1	2.69	0.04	13.61
362/М.	Желе из плодов или ягод вишня (замороженных)...	200	46.87	129.2	5.46	0.02	26.16
338 /М	Яблоко...	100	16.80	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	18.43	120.7	0.22	0.15	30.1
Первые блюда							
96/М.	Рассольник ленинградский...	250	18.23	107.25	2.52	6.36	14.98
Вторые блюда							
260/М.	Гуляш /свин./...	50/50	53.51	253.3	10.64	14.35	2.89
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	63.94	248	15	14.2	14.4
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	42.62	101	1.6	7.4	6.6
Диетические							
129 сб 2017 г.	Капуста отварная с маслом/ цветная/...	50/3	34.22	22	0.71	1.68	1.055
395 М.	Вареники с Адыг. сыром из п/ф...	180/5	83.23	368	21.59	12.41	42.43
№358/Л.	Сырники из тв. сах. смет....	100/10/20	109.48	251	15.2	12.4	18.9
Гарниры							
171/302 М	Каша пшеничная...	150	14.60	117.2	4.32	4.9	17.4
171/302 М	Каша гречневая...	150	17.28	203.75	3.6	6.1	21.18
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре п/ф...	150	88.25	306	4.35	15.75	30.3
Мучные изделия							
398 /М.	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом...	110/5	54.34	384	4.4	8.47	64.2
№413/М.	Пицца школьная...	100	53.30	299	9.89	16.25	28.3
№537/П./а	Пицца школьная	110	77.83	241	10.4	10.9	25.4
контр.пр-к	Оригинальная /ветчина/...						
747/ Л.	Сосиска запеч. в тесте...	55/50	49.78	228	9.6	13.84	26.9

№850 сб.1997г.	Хачапури имеретинские...	75	58.24	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
№408.471/ 17 М.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем...	75	49.09	88	2.42	1.08	17.11
ТТК № 3	Булочка с сыром...	60	17.12	218	5.48	6.52	34.4
766/Л.	Сдоба обыкновенная...	100	17.87	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
№ 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	31.08	202	9.22	5.48	29.18
№405,470, 406/М.	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	20.99	92	1.82	2.04	16.62
№793Л.	Кекс столичный...	75	52.31	323	4.57	13.84	43.06
№572 /1973	Сочни из песочного теста...	55	26.36	201	9.7	21.34	20.9
Гост31806- Акт	Корж /п/ф/...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
конр.прора	Круассан с ветчиной и сыром...	145	102.60	388	15.62	12.28	53.5
Гост 31806-201	Слойка с фруктовой начинкой...	90	62.40	286	7.6	3.7	53.5
№685/699/ 725/1994г.	Кулебяка с кваш. капустой...	300	80.02	630	19.5	16.3	103.8
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	5.34	114.6	0.16	0.16	20.88
491/П.	Компот из ягод заморожен.черная смородина...	200	23.21	44	0.2	0.1	14.7
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

Напитки и соки

707/ Л.	Сок фруктовый " Мой" 0,200...	200	35.00	88			
Гост 28188-201	Вода питьевая 0,5 без/газа...	1шт.	36.25				
Гост 28188-201 4	"ДЖАМПЕР" напитки негазир. ароматиз. 0,33 л в ассорт....	1 шт	59.94	45			11
Гост32105- 2013	Лаймон фреш чай Черн/Зеленый в ассорт. 0,5 л 1/12...	1шт.	76.88				
ГОСТ 32105-201 3	лес tea Фрутмотив Чай чер/зел. с фрукт. в ассор. 0,5л...	1шт.	64.23	35			9.1
	Напиток не газ. "Сенежская" в ассорт. 0,44 *...	1 шт	49.75	15			4.5

Комплекс 1 Завтрак

260 М	Гуляш (свинина)	40/50	42.81	228.1	7.67	9.37	2.6
171/302 М	Каша пшеничная	150	14.60	117.2	4.32	4.9	17.4
139/М	Капуста тушеная	60	11.32	46.2	1.22	2.21	10.73
ТУ 9115-00	Хлебный батон	55	5.01	128.59	4.95	1.27	25.85
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 1:		555	76.45	580.09			

Комплекс 2 Завтрак

260/М.	Гуляш /свин./	50/50	53.51	253.3	10.64	14.35	2.89
302/М.	Каша пшеничная	180	17.53	265.5	7.56	5.45	46.62
149/П.	Огурец соленый	40	12.80	73.46	0.32	0.04	0.68
ту9115-001	Хлебный батон	39	3.58	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	752.36			

Комплекс 3 Обед

96 М	Рассольник ленинградский	200	14.58	95.8	2.38	6.07	5.88
290/330/М.	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	55.34	220	11.78	10.12	12.93
171/302 М	Каша гречневая	150	17.28	203.75	3.6	6.1	21.18
75 с62017	Икра морковная	60	9.55	54.72	1.2	0.0612	12.33
ТУ9115-00	Хлебный батон	32	2.95	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	200	5.34	114.6	0.16	0.16	20.88
Итого комплекс 3:		762	107.03	807.586			

Комплекс 5 Завтрак

260 М	Гуляш (свинина)	40/50	42.81	228.1	7.67	9.37	2.6
171/302 М	Каша пшеничная	150	14.60	117.2	4.32	4.9	17.4
139/М	Капуста тушеная	60	11.32	46.2	1.22	2.21	10.73
ТУ 9115-00	Хлебный батон	55	5.01	128.59	4.95	1.27	25.85
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 5:		555	76.45	580.09			

Комплекс 6 Обед

96 М	Рассольник ленинградский	200	14.58	95.8	2.38	6.07	5.88
290/330/М.	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	55.34	220	11.78	10.12	12.93
171/302 М	Каша гречневая	150	17.28	203.75	3.6	6.1	21.18
75 с62017	Икра морковная	60	9.55	54.72	1.2	0.0612	12.33
ТУ9115-00	Хлебный батон	32	2.95	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	200	5.34	114.6	0.16	0.16	20.88
Итого комплекс 6:		762	107.03	807.586			

Комплекс 7 Завтрак

260/М.	Гуляш /свин./	50/50	53.51	253.3	10.64	14.35	2.89
302/М.	Каша пшеничная	180	17.53	265.5	7.56	5.45	46.62
149/П.	Огурец соленый	40	12.80	73.46	0.32	0.04	0.68
ту9115-001	Хлебный батон	39	3.58	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 7:		559	90.13	752.36			

Комплекс 8 Обед

96/М.	Рассольник ленинградский	250	18.23	107.25	2.52	6.36	14.98
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	20.73	292.5	10.18	7.34	29.37
149/П.	Огурец солен.	50	15.98	65	0.4	0.05	0.85
ТУ9115-00	Хлебный батон	25	2.30	58.45	2.25	0.575	8.75
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	5.34	114.6	0.16	0.16	20.88
338/М.	Яблоко	120	20.16	56.4	0.48	0.48	11.75
Итого комплекс 8:		945	126.18	975.816			

Комплекс 20

260 М	Гуляш (свинина)	40/50	42.81	228.1	7.67	9.37	2.6
302/17 М.	Каша пшеничная	160	15.63	221.25	6.3	4.54	38.85
139/М	Капуста тушеная	60	11.32	46.2	1.22	2.21	10.73
Гост	Хлеб/ йодир./	31	3.07	72.924	2.31	0.24	15.42
58161-201	ржано-пшеничный						
375/М.4.11. 24г.	Чай с лимоном б/ сахара	200/7	3.62	3.6	0.01	0.02	0.02
Итого комплекс 20:		548	76.45	572.074			