

Меню на 11.11.2025
Школа № 104
(Комплексное питание)



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

Комплекс 5 Завтрак

№315/596 Л.	Запеканка из творога с рисом с/с мол. сладким	150/30	47.23	330	12.05	13.5	22.19
ТУ9115-00	Хлебный батон	26	2.36	58.45	2.25	0.575	8.75
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
338/М.	Яблоко	130	21.84	61.1	0.52	0.52	12.74
Итого комплекс 5:		543	76.45	511.55			

Комплекс 6 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	200	9.38	81	3.19	7.93	4.87
291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	62.10	333.73	15.21	14.95	20.45
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	7.04	61.9	0.9	0.1	8.2
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.38	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						
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5.34	114.6	0.16	0.16	20.88
338 /М	Яблоко	100	16.80	47	0.4	0.4	19.8
Итого комплекс 6:		828	107.03	803.746			

Комплекс 7 Завтрак

288 М	Птица отварная /тушка/	100	53.53	328	23.44	25.82	0.5
202/ М.	Макароньы отварные	180	21.24	202.14	6.79	5.41	31.72
149 П.	Помидор соленый	30	9.59	37	0.48	0.06	1.02
ТУ 9115-00	Хлебный батон	34	3.06	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:		544	90.13	713.97			

Комплекс 8 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	250	11.72	76.25	1.49	4.91	6.09
291/М.	Плов из птицы / филе/		51.78	333.73	13.5	11.95	20.45
таб.24/94 г	Зеленый горошек	45	22.18	38	1.44	0.09	2.97
ту9115-001	Хлебный батон	38	3.51	100.1	3.2	0.92	13.01
Гост	Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный						
707/ Л.	Сок фруктовый " Мой" 0,200	200	35.00	88			
Итого комплекс 8:		553	126.18	684.696			

Ген.директор/Технолог

[Signature]

Калькулятор

[Signature]

Зав производством

[Signature]



Меню на 11.11.2025 **Школа № 104** **(Комплексное питание)**

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

Комплекс 1 Завтрак

№315/596 Л.	Запеканка из творога с рисом с/с мол. сладким	150/30	47.23	330	12.05	13.5	22.19
ТУ9115-00	Хлебный батон	26	2.36	58.45	2.25	0.575	8.75
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
338/М.	Яблоко	130	21.84	61.1	0.52	0.52	12.74
Итого комплекс 1:		543	76.45	511.55			

Комплекс 2 Завтрак

288 М	Птица отварная /тушка/	100	53.53	328	23.44	25.82	0.5
202/ М.	Макароны отварные	180	21.24	202.14	6.79	5.41	31.72
149 П.	Помидор соленый	30	9.59	37	0.48	0.06	1.02
ТУ 9115-00	Хлебный батон	34	3.06	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:		544	90.13	713.97			

Комплекс 3 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	200	9.38	81	3.19	7.93	4.87
291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	62.10	333.73	15.21	14.95	20.45
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	7.04	61.9	0.9	0.1	8.2
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.38	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						
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5.34	114.6	0.16	0.16	20.88
338 /М	Яблоко	100	16.80	47	0.4	0.4	19.8
Итого комплекс 3:		828	107.03	803.746			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

Меню на 11.11.2025
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.	Гамбургер с котлетой из птицы /лист салата/пакет/...	190/1	69.14	362	19.44	11.72	44.46
572/2002	Салат овощной с мясом со см./филе сол.ог./...	100/1	41.85	115.3	5.7	6.2	7.48
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
№ 24 М.	Салат из свежих помидоров и огурцов зел.л. салата...	100/1	37.34	70.07	0.964	6.076	3.464
57/ Л.	Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./...	100	24.02	98	3.2	7.8	3.2
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
450/П.	Желе из сока плодового Нектар Апельсин...	200	24.60	65.1	2.69	0.04	13.61
338 /М	Яблоко...	100	16.80	47	0.4	0.4	19.8
674 /Л.	Яблоки печеные...	75	18.43	120.7	0.22	0.15	30.1
629/Л.	Лимон с сахаром...	30/10	10.98	67.6	8.26	0.04	15.48

Первые блюда

98 М	Суп крестьянский с пшеном...	250	11.72	76.25	1.49	4.91	6.09
------	------------------------------	-----	-------	-------	------	------	------

Вторые блюда

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
Акт кон.прор.о т 07.09.22г.	Отбивная нат.школьная с сыром из птицы/томат/...	110	109.33	103.78	24.2	23.8	14
№254 сб 2004	Тыква с яблоками жареная...	105	40.37	108	1.1	6.4	115

Диетические

291/М.	Плов из птицы / филе/...	50/150	62.10	333.73	15.21	14.95	20.45
129 сб 17 М.	Капуста цветная отварная с маслом...	100/5/1	67.68	44	1.42	3.36	2.11
395 М.	Вареники с Адыг. сыром из п/ф...	180/5	83.23	368	21.59	12.41	42.43
156,385/П	Овощи отварные с рисом припущ./заморож./...	200	53.53	195.8	5.4	5.2	29.6

Гарниры

202/309 /М	Макароны отварные...	150	17.70	158.45	5.02	5.2	29.45
312 М	Картофельное пюре...	150	29.02	137.25	4.06	4.8	22.43
304 М.	Рис отварной...	150	22.15	209.7	3.65	5.37	36.68

Мучные изделия

398 /М.	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом...	110/5	54.34	384	4.4	8.47	64.2
№537/П./а кт контр.пр-к	Пицца школьная Оригинальная /ветчина/...	110	77.83	241	10.4	10.9	25.4
№413/М. 747/ Л.	Пицца школьная... Сосиска запеч. в тесте...	100 55/50	53.30 49.78	299 228	9.89 9.6	16.25 13.84	28.3 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
Акт конт. пр. 05.10.2	Слойка с маковой начинкой...	120	34.36	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
№408.471/ 17 М.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем...	75	49.09	88	2.42	1.08	17.11
ТТК № 3 774/Л.	Булочка с сыром... Булочка сдобная с помадой /ванильной/...	60 100	17.12 24.19	218 340	5.48 7.3	6.52 8.8	34.4 57.9
766/Л. № 685/98г	Сдоба обыкновенная... Пирожок печеный с курагой...	100 100	17.87 29.90	262 266.66	7.76 11	4.72 20	47.1 86.6
5 ч №646 №738.758/ Л.	Пирожок печен.с капустой...	60	14.58	132	3.9	3.26	20.76
№687/ 685/фарш	Пирожок печеный с мясом...	60	42.58	172	8.43	6.22	20.35
741/764/Л. №793Л.	Ватрушка с творогом... Кекс столичный...	75 75	31.08 52.31	202 323	9.22 4.57	5.48 13.84	29.18 43.06
№572 /1973	Сочни из песочного теста...	55	26.36	201	9.7	21.34	20.9
Гост31806- Акт	Корж /п/ф/... Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	100 145	42.40 104.12	286 388	4.89 15.62	8.43 12.28	47.68 53.5
контр.прора Гост 31806-201	Слойка с фруктовой начинкой...	90	62.40	286	7.6	3.7	53.5
ту9115-001 Гост	Хлебный батон... Хлеб /йодир./	50 20	4.56 1.99	116.9 48.616	3.78 1.54	1.09 0.16	16.5 10.28
58161-201	ржано-пшеничный...						

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/ 375,376/М.	Чай с сахаром... Чай с лимоном...	200 200/7	2.71 5.02	60 62	0.07 0.13	0.02 0.02	15 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