

Меню на 19.11.2025
Школа № 104
(Комплексное питание)

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

Комплекс 1 Завтрак

269,331 M	Котлеты особые /смет-том.соус/	60/30	40.28	180	8.8	9.81	12.34
171,302 /	Каша пшенная	150	14.14	188.5	6.6	5.73	33.88
47/ M	Салат из квашеной капусты	60	16.47	51.42	1.024	3.002	5.073
ТУ9115-00	Хлебный батон	31	2.85	70.1	2.7	0.69	10.1
375,376/M/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 1:		531	76.45	550.02			

Комплекс 2 Завтрак

269,331/M.	Котлеты особые /смет.-том.соус/	60/40	42.29	180	8.8	11.81	9.34
302/ M.	Каша пшенная	180	16.97	275.4	7.92	6.88	34.45
54-21з(акт	Кукуруза консервир.	60	23.90	31.3	1.2	0.2	6.1
ту 9115-00	Хлебный батон	47	4.26	108.3	3.6	0.92	13.01
375,376/M/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 2:		587	90.13	655			

Комплекс 3 Обед

102 M.	Суп картофельный с горохом	200	9.99	98.6	3.39	4.82	11.53
487/2004	Птица отварная	100	52.90	199	10.44	12.02	0.5
202/309 /M	Макароны отварные	150	17.70	158.45	5.02	5.2	29.45
54-27зН	Морковь отварная дольками	60	7.44	60.69	0.8	2	4.1
ту9115-001	Хлебный батон	49	4.51	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						
Акт контр. проработк	Кисель из ягод заморожен.	200	12.50	140	0.31		29.4
Итого комплекс 3:		779	107.03	822.256			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

Меню на 19.11.2025 Школа № 104 (Комплексное питание)

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

Комплекс 5 Завтрак

269,331 М	Котлеты особые /смет-том.соус/	60/30	40.28	180	8.8	9.81	12.34
171,302 /	Каша пшенная	150	14.14	188.5	6.6	5.73	33.88
47/ М	Салат из квашеной капусты	60	16.47	51.42	1.024	3.002	5.073
ТУ9115-00	Хлебный батон	31	2.85	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 5:		531	76.45	550.02			

Комплекс 6 Обед

102 М.	Суп картофельный с горохом	200	9.99	98.6	3.39	4.82	11.53
487/2004	Птица отварная	100	52.90	199	10.44	12.02	0.5
202/309 /М	Макароны отварные	150	17.70	158.45	5.02	5.2	29.45
54-27зН	Морковь отварная дольками	60	7.44	60.69	0.8	2	4.1
ту9115-001	Хлебный батон	49	4.51	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						
Акт контр. проработк	Кисель из ягод заморожен.	200	12.50	140	0.31		29.4
Итого комплекс 6:		779	107.03	822.256			

Комплекс 7 Завтрак

269,331/М.	Котлеты особые /смет.-том.соус/	60/40	42.29	180	8.8	11.81	9.34
302/ М.	Каша пшенная	180	16.97	275.4	7.92	6.88	34.45
54-21з(акт	Кукуруза консервир.	60	23.90	31.3	1.2	0.2	6.1
ту 9115-00	Хлебный батон	47	4.26	108.3	3.6	0.92	13.01
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 7:		587	90.13	655			

Комплекс 8 Обед

102/ М.	Суп картофельный с горохом	250	12.49	148.25	4.5	5.77	11.53
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
Акт. кон. п	Кукуруза консервир.	50	19.91	55.62	1.31	2.56	6.75
ту9115-001	Хлебный батон	49	4.52	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						
Акт контр. проработк	Кисель из ягод заморожен.	200	12.50	140	0.31		29.4
Итого комплекс 8:		849	126.18	1039.52			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

Меню на 19.11.2025
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
95,612 /Л.	Рыба жарен. под маринад. минтай / филе/...	50/50	34.37	173	5.8	8.3	14.83
572/2002	Салат овощной с мясом /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 сб.2017г.	Салат из свежих помидоров и огурцов...	100/1/1	25.48	7.07	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 плодового Нектар Апельсин...	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
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

102/ М.	Суп картофельный с горохом...	250	12.49	148.25	4.5	5.77	11.53
---------	-------------------------------	-----	-------	--------	-----	------	-------

Вторые блюда

268/М	Котлета / гов./...	80	70.91	151	8.05	9.19	8.6
377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	103.08	160	9.3	6.8	14.2
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 Л.	Тыква жареная /смет./...	80/20	42.62	101	1.6	7.4	6.6

Диетические

256/М.	Мясо тушеное/ говядина/...	50/50	118.96	225	15.2	17.38	2.56
129 М.	Капуста цветная отварная с маслом...	100/5/1	67.68	44	1.42	3.36	2.11
156,385/П	Овощи отварные с рисом припущ./заморож./...	200	53.53	195.8	5.4	5.2	29.6
395 М.	Вареники с Адыг. сыром...	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 /	Каша пшеничная...	150	14.14	188.5	6.6	5.73	33.88
202/309 /М	Макароньы отварные...	150	17.70	158.45	5.02	5.2	29.45
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89.46	306	4.35	15.75	30.3

Мучные изделия

№397 /М.	Блинчики с маслом...	60/3	30.00	148.8	3.18	6.06	19.8
№401 /М.	Оладьи со сгущенным молоком...	70/20	48.27	454	12.96	12.48	67.31
№413/М.	Пицца школьная...	100	53.30	299	9.89	16.25	28.3
№537/П./а кт	Пицца школьная Оригинальная /ветчина/...	110	77.83	241	10.4	10.9	25.4
контр.пр-к 747/ Л.	Сосиска запеч. в тесте...	55/50	49.78	228	9.6	13.84	26.9
№850 сб.1997г.	Хачапури имеретинские...	75	60.34	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	49.09	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 № 3 766/Л.	Булочка с сыром...	60	17.12	218	5.48	6.52	34.4
№ 685/98г 5 ч №646	Сдоба обыкновенная...	100	17.87	262	7.76	4.72	47.1
№405,470, 406/М.	Пирожок печеный с курагой...	100	29.90	266.66	11	20	86.6
741/764/Л. №685	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	20.99	92	1.82	2.04	16.62
№687/ 685/фарш	Ватрушка с творогом...	75	31.08	202	9.22	5.48	29.18
№793Л. №572 /1973	Пирожок печеный с конфитюром...	75	27.08	253	4.97	9.2	39.6
Гост31806- Акт контр.прора	Пирожок печеный с мясом...	60	42.58	172	8.43	6.22	20.35
Гост 31806-201 ту9115-001 Гост 58161-201	Кекс столичный...	75	52.31	323	4.57	13.84	43.06
	Сочни из песочного теста...	55	26.36	201	9.7	21.34	20.9
	Корж...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
	Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	145	104.12	388	15.62	12.28	53.5
	Слойка с фруктовой начинкой...	90	62.40	286	7.6	3.7	53.5
	Хлебный батон...	50	4.56	116.9	3.78	1.09	16.5
	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный...	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28

Напитки

Акт контр. проработк 491/П.	Кисель из ягод заморожен....	200	12.50	140	0.31		29.4
	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...	200	2.71	60	0.07	0.02	15
	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