

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

Меню на 20.11.2025 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	14.05	22.19
ТУ9115-00	Хлебный батон	33	2.99	70.1	2.7	0.69	10.1
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
338 М	Яблоко	140	23.52	65.8	0.56	0.56	13.7
Итого комплекс 1:		553	76.45	525.9			

Комплекс 2 Завтрак

54-23м/330 М.	Биточки руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	41.45	233	6.04	9.33	11.88
304/М.	Рис отварной	180	26.67	251.6	4.379	6.44	44.015
Таб.24/199	Икра кабачковая	50	14.87	59.5	0.6	4.48	3.85
ту9115-001	Хлебный батон	49	4.43	116.9	3.78	1.09	16.5
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 2:		579	90.13	721			

Комплекс 3 Обед

88 М	Щи из св. капусты с картофелем	200	11.88	71.8	1.41	3.96	12.32
278/331 М	Тефтели мясные/ соус см.том/(1 вар.)	60/30	36.05	222.5	9.2	11.7	14.6
310 М	Картофель отварной	150	27.98	148	8.5	4.92	28.01
47/ М	Салат из квашеной капусты	60	16.47	51.42	1.024	3.002	5.073
ТУ9115-00	Хлебный батон	28	2.54	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						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	180	10.12	137.8	0.126	0.054	17.58
Итого комплекс 3:		728	107.03	750.236			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

Меню на 20.11.2025 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	14.05	22.19
ТУ9115-00	Хлебный батон	33	2.99	70.1	2.7	0.69	10.1
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
338 М	Яблоко	140	23.52	65.8	0.56	0.56	13.7
Итого комплекс 5:		553	76.45	525.9			

Комплекс 6 Обед

88 М	Щи из св. капусты с картофелем	200	11.88	71.8	1.41	3.96	12.32
278/331 М	Тефтели мясные/ соус см.том/(1 вар.)	60/30	36.05	222.5	9.2	11.7	14.6
310 М	Картофель отварной	150	27.98	148	8.5	4.92	28.01
47/ М	Салат из квашеной капусты	60	16.47	51.42	1.024	3.002	5.073
ТУ9115-00	Хлебный батон	28	2.54	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						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	180	10.12	137.8	0.126	0.054	17.58
Итого комплекс 6:		728	107.03	750.236			

Комплекс 7 Завтрак

54-23м/330 М.	Биточки руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	41.45	233	6.04	9.33	11.88
304/М.	Рис отварной	180	26.67	251.6	4.379	6.44	44.015
Таб.24/199	Икра кабачковая	50	14.87	59.5	0.6	4.48	3.85
ту9115-001	Хлебный батон	49	4.43	116.9	3.78	1.09	16.5
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 7:		579	90.13	721			

Комплекс 8 Обед

88/17М.	Щи из св. капусты с картофелем	250	14.85	89.75	2	4.3	10
№278 .331 сб.М.	Тефтели мясные/соус см.том./(1 вариант)	60/40	38.06	222.5	11.2	16.7	16.6
518/2004	Картофель отварной	180	33.68	199.8	3.6	7.38	29.16
47/ М	Салат из квашеной капусты	50	13.72	42.857	0.85	2.5	4.227
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.70	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						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16	22.88
766/2004	Сдоба обыкновенная	50	8.94	157	3.8	3.1	28.2
Итого комплекс 8:		891	126.18	975.223			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

Меню на 20.11.2025
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
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
№ 24 сб.2017г.	Салат из свежих помидоров и огурцов...	100/1/1	25.48	7.07	0.964	6.076	3.464
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./...	100/1/1	29.27	84	1.3	5	8
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

88/17М.	Щи из св. капусты с картофелем...	250	14.85	89.75	2	4.3	10
---------	-----------------------------------	-----	-------	-------	---	-----	----

Вторые блюда

377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	103.08	160	9.3	6.8	14.2
Акт конт.пр.20.	Котлета нат.рублен.из птицы / филе/...	100	78.16	248	15	14.2	14.4
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
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	71.29	184	24.18	17.09	0.04
Акт прораб. от	Шашлычок школьный / филе птицы/...	120	101.03	186	19.2	16.8	14
Акт конт. п №392.М.	Наггетсы 2 шт....	100	72.31	327	20.7	22.4	10
	Пельмени отв. со сметаной...	200/20	104.01	352	19.6	13	37.2
№254 сб 2004	Тыква с яблоками жареная...	105	40.37	108	1.1	6.4	115

Диетические

395 М.	Вареники с Адыг. сыром...	180/5	83.23	368	21.59	12.41	42.43
411/Л.	Мясо отварное /говядина/...	50	113.25	88.5	15.65	2.95	
129 М.	Капуста цветная отварная с маслом...	100/5/1	67.68	44	1.42	3.36	2.11

Гарниры

304 М.	Рис отварной...	150	22.15	209.7	3.65	5.37	36.68
310 М	Картофель отварной...	150	27.98	148	8.5	4.92	28.01
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89.46	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
№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	110	77.83	241	10.4	10.9	25.4
контр.пр-к 747/ Л.	/ветчина/... 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
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
774/Л.	Булочка сдобная с помадой /ванильной/...	100	24.19	340	7.3	8.8	57.9
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
№738.758/ Л.	Пирожок печен.с капустой...	60	14.58	132	3.9	3.26	20.76
№405,470, 406/М.	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	20.99	92	1.82	2.04	16.62
№ 685/98г 5 ч №646	Пирожок печеный с курагой...	100	29.90	266.66	11	20	86.6
№685	Пирожок печеный с конфитюром...	75	27.08	253	4.97	9.2	39.6
741/764/Л.	Ватрушка с творогом...	75	31.08	202	9.22	5.48	29.18
№687/ 685/фарш	Пирожок печеный с мясом...	60	42.59	172	8.43	6.22	20.35
№572 /1973	Сочни из песочного теста...	55	26.36	201	9.7	21.34	20.9
№793Л.	Кекс столичный...	75	52.31	323	4.57	13.84	43.06
Гост31806-	Корж...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
Акт контр.прора	Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	145	104.12	388	15.62	12.28	53.5
Гост 31806-201	Слойка с фруктовой начинкой...	90	62.40	286	7.6	3.7	53.5
Гост 58161-201	Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
ту9115-001	ржано-пшеничный...	50	4.56	116.9	3.78	1.09	16.5
	Хлебный батон...	50	4.56	116.9	3.78	1.09	16.5

Напитки

491/П.	Компот из ягод заморожен....	200	11.24	114.6	0.16	0.16	22.88
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