

Меню на 28.11.2025
Школа № 104
(Комплексное питание)



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

Комплекс 1 Завтрак

54-25м-202 0	Курица тушеная с морковью /филе/	90	48.60	113.76	7.39	11.8	3.9
171,302 /	Каша пшенная	150	14.14	188.5	6.6	5.73	33.88
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	7.04	61.9	0.9	0.1	8.2
ту 9115-00	Хлебный батон	43	3.96	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 1:		543	76.45	532.46			

Комплекс 2 Завтрак

54-25м-202 0	Курица тушеная с морковью /филе/	100	54.00	126.4	10.1	11.6	4.33
302/ М.	Каша пшенная	180	16.97	275.4	7.92	6.88	34.45
149 П.	Помидор соленый	40	12.79	7	0.48	0.06	1.02
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.66	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:		560	90.13	568.9			

Комплекс 3 Обед

102/ М.	Суп картофельный с горохом	250	12.49	148.25	4.5	5.77	11.53
229 М	Рыба . тушенная в томате с овощами/минтай/	50/50	32.18	123	8.55	9.2	6.8
312 М	Картофельное пюре	150	29.02	137.25	4.06	4.8	22.43
47/ М	Салат из квашеной капусты	60	16.47	51.42	1.024	2.002	5.073
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.64	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
Итого комплекс 3:		820	107.03	723.236			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

Меню на 28.11.2025
Школа № 104
(Комплексное питание)



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

Комплекс 5 Завтрак

54-25м-2020	Курица тушеная с морковью /филе/	90	48.60	113.76	7.39	11.8	3.9
171,302 /	Каша пшенная	150	14.14	188.5	6.6	5.73	33.88
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	7.04	61.9	0.9	0.1	8.2
ту 9115-00	Хлебный батон	43	3.96	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 5:		543	76.45	532.46			

Комплекс 6 Обед

102/ М.	Суп картофельный с горохом	250	12.49	148.25	4.5	5.77	11.53
229 М	Рыба . тушеная в томате с овощами/минтай/	50/50	32.18	123	8.55	9.2	6.8
312 М	Картофельное пюре	150	29.02	137.25	4.06	4.8	22.43
47/ М	Салат из квашеной капусты	60	16.47	51.42	1.024	2.002	5.073
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.64	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
Итого комплекс 6:		820	107.03	723.236			

Комплекс 7 Завтрак

54-25м-2020	Курица тушеная с морковью /филе/	100	54.00	126.4	10.1	11.6	4.33
302/ М.	Каша пшенная	180	16.97	275.4	7.92	6.88	34.45
149 П.	Помидор соленый	40	12.79	7	0.48	0.06	1.02
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.66	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:		560	90.13	568.9			

Комплекс 8 Обед

102/ М.	Суп картофельный с горохом	250	12.49	148.25	4.5	5.77	11.53
388Л.	Котлета рыбная /минтай /	100	38.69	196	13	8.8	15.2
312/М.	Картофельное пюре	180	34.82	188.4	3.67	5.76	24.516
47/ М	Салат из квашеной капусты	50	13.72	42.857	0.85	2.5	4.227
ту 9115-00	Хлебный батон	46	4.18	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						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16	22.88
№769/2004	Булка домашняя	50	9.05	197	3.75	6.6	30.5
Итого комплекс 8:		896	126.18	1044.02			

Ген.директор/Технолог _____ Калькулятор

Зав производством _____

Меню на 28.11.2025
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 /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
№ 24/М.	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
75 /М.	Икра свекольная /зел. лист сал./...	100/1/1	18.54	13.93	2.4	7.6	13
57/ Л.	Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./...	100	24.02	98	3.2	7.8	3.2
450/452/П.	Желе из молока и сока плодового...	200	33.39	79.1	3.645	0.965	14
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

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

Вторые блюда

377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	103.08	160	9.3	6.8	14.2
229 М	Рыба . тушеная в томате с овощами/минтай/...	50/50	32.18	123	8.55	9.2	6.8
388Л.	Котлета рыбная /минтай /...	100	38.69	196	13	8.8	15.2
Акт прораб. от 496/ Л.	Шашлык школьный / филе птицы/...	120	101.03	186	19.2	16.8	14
	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	90	65.00	327	20.7	22.4	10
Акт конт.пр.20.	Котлета нат.рублен.из птицы / филе/...	100	78.16	248	15	14.2	14.4
№392.М.	Пельмени отварные...	200/20	104.01	352	19.6	13	37.2
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	71.29	184	24.18	17.09	0.04
253 Л.	Тыква жареная /смет./...	80/20	42.62	101	1.6	7.4	6.6

Диетические

395 М.	Вареники с Адыг. сыром...	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
256/М.	Мясо тушеное/ говядина/...	50/50	118.96	225	15.2	17.38	2.56
366/Л	Запеканка творожная со сметаной...	100/20	108.55	239	15	13.3	13.7

Гарниры

171,302 /	Каша пшеничная...	150	14.14	188.5	6.6	5.73	33.88
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
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89.46	306	4.35	15.75	30.3

Мучные изделия

№401 /М.	Оладьи со сгущенным молоком...	70/20	48.27	454	12.96	12.48	67.31
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
кт	Оригинальная						
контр.пр-к	/ветчина/...						
747/ Л.	Сосиска запеч. в тесте...	55/50	49.78	228	9.6	13.84	26.9
№850	Хачапури	75	60.34	346	13.9	28.17	36.78
сб.1997г.	имеретинские...						
418	Слойка с	100	28.11	333.3	3.17	11.79	50.72
сб2017г.М	конфитюром...						
566/1973	Слойка с марципаном/ помадка шок. сах. /...	100	38.40	426	7.9	10.2	58.6
Акт конт.	Слойка с маковой	120	34.36	333.3	3.17	11.79	50.72
пр. 05.10.2	начинкой...						
№408.471/	Пирожки печ. из	75	49.09	88	2.42	1.08	17.11
17 М.	прес.сп. теста с вишневым фаршем...						
774/Л.	Булочка сдобная с помадой /шок. сах./...	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
741/764/Л.	Ватрушка с творогом...	75	31.08	202	9.22	5.48	29.18
№685	Пирожок печеный с конфитюром...	75	27.08	253	4.97	9.2	39.6
№687/	Пирожок печеный с	60	42.58	172	8.43	6.22	20.35
685/фарш	мясом...						
№ 685/98г	Пирожок печеный с	100	29.90	266.66	11	20	86.6
5 ч №646	курагой...						
№405,470,	Пирожок печ. сд. с	100	20.99	92	1.82	2.04	16.62
406/М.	яблоками...						
№793Л.	Кекс столичный...	75	52.31	323	4.57	13.84	43.06
№572	Сочни из песочного	55	26.36	201	9.7	21.34	20.9
/1973	теста...						
Гост31806-	Корж...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
Акт	Круассан с ветчиной и	145	104.12	388	15.62	12.28	53.5
контр.прора	сыром/пакет/...						
Гост	Слойка с фруктовой	90	62.40	286	7.6	3.7	53.5
31806-201	начинкой...						
№685/699/	Кулебяка с кваш.	300	80.02	630	19.5	16.3	103.8
725/1994г.	капустой...						
ту9115-001	Хлебный батон...	50	4.56	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...						

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	200/15	8.81	60	0.07	0.02	15
	классический 2 гр./ пакет/с сах....						
	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