

Меню на 01.12.2025
Школа № 104
(Комплексное питание)



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

Комплекс 1 Завтрак

97/2004	Сыр п/ твердый	18	26.30	64.8	3.476	5.31
121 / М	Суп молочный "Геркулес"	250	25.73	211.3	7.01	8.97 21.68
ТУ 9115-00	Хлебный батон	35	3.23	86.83	3.15	0.8 12
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02 15
338 М	Яблоко	110	18.48	51.7	0.4	0.44 10.78
Итого комплекс 1:		613	76.45	474.63		

Комплекс 2 Завтрак

№280/330/ М.	Фрикадельки в соусе/гов./с/смет./	50/50	50.74	193	15.5	11 8.7
202/ М.	Макароны отварные	180	21.24	202.14	6.79	5.41 31.72
150 П	Икра кабачковая	40	11.90	47.6	0.95	4.45 3.85
ту9115-001	Хлебный батон	39	3.54	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	602.84		

Комплекс 3 Обед

82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.95	83	1.44	7.32 8.75
268/331 М	Биточки / гов. / с с-м см. том.	60/30	58.53	262.8	13.5	7.54 17.82
171/302 М	Каша гречневая	150	17.28	203.75	3.6	6.1 21.18
54-27зН	Морковь отварная дольками	60	7.44	60.69	0.8	2 4.1
ту9115-001	Хлебный батон	49	4.50	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	46	0.16	0.16 20.88
Итого комплекс 3:		769	107.03	821.756		

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано"
 Директор
 Подпись
 ФИО
 А.А. Рублева

Меню на 01.12.2025
Школа № 104
(Комплексное питание)

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

Комплекс 5 Завтрак

97/2004	Сыр п/ твердый	18	26.30	64.8	3.476	5.31
121 / М	Суп молочный "Геркулес"	250	25.73	211.3	7.01	8.97 21.68
ТУ 9115-00	Хлебный батон	35	3.23	86.83	3.15	0.8 12
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02 15
338 М	Яблоко	110	18.48	51.7	0.4	0.44 10.78
Итого комплекс 5:		613	76.45	474.63		

Комплекс 6 Обед

82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.95	83	1.44	7.32 8.75
268/331 М	Биточки / гов. / с с-м см. том.	60/30	58.53	262.8	13.5	7.54 17.82
171/302 М	Каша гречневая	150	17.28	203.75	3.6	6.1 21.18
54-27зН	Морковь отварная дольками	60	7.44	60.69	0.8	2 4.1
ту9115-001	Хлебный батон	49	4.50	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	46	0.16	0.16 20.88
Итого комплекс 6:		769	107.03	821.756		

Комплекс 7 Завтрак

№280/330/ М.	Фрикадельки в соусе/гов./с/смет./	50/50	50.74	193	15.5	11 8.7
202/ М.	Макаронны отварные	180	21.24	202.14	6.79	5.41 31.72
150 П	Икра кабачковая	40	11.90	47.6	0.95	4.45 3.85
ту9115-001	Хлебный батон	39	3.54	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	602.84		

Комплекс 8 Обед

82/ М	Борщ с капустой и картофелем	250	14.83	106	2	5.2 13.1
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 соленый	60	19.18	6.6	0.48	0.06 1.02
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					
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5.34	46	0.16	0.16 20.88
338 М	Яблоко	110	18.48	51.7	0.4	0.44 10.78
Итого комплекс 8:		966	126.18	892.716		

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

Меню на 01.12.2025
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
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...	100/1/1	25.48	7.07	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
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

82/ М	Борщ с капустой и картофелем...	250	14.83	106	2	5.2	13.1
-------	---------------------------------	-----	-------	-----	---	-----	------

Вторые блюда

377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	103.08	160	9.3	6.8	14.2
Акт конт.пр.20.	Котлета натрублен.из птицы / филе/...	100	78.16	248	15	14.2	14.4
Акт прораб. от 293 /М.	Шашлычок школьный / филе птицы/...	120	101.03	186	19.2	16.8	14
496/ Л.	Птица жареная/ бедро/...	100	71.29	184	24.18	17.09	0.04
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	90	65.00	327	20.7	22.4	10
№392.М.	Пельмени отварные...	200/20	104.01	352	19.6	13	37.2

Диетические

256/М.	Мясо тушеное/ говядина/...	50/50	118.96	225	15.2	17.38	2.56
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
№358/Л.	Сырники из тв. сах. смет....	100/10/20	109.48	251	15.2	12.4	18.9

Гарниры

202/309 /М	Макароны отварные...	150	17.70	158.45	5.02	5.2	23.45
171/302 М	Каша гречневая...	150	17.28	203.75	3.6	6.1	21.18
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...						
Акт конт.	Слойка с маковой	120	34.36	333.3	3.17	11.79	50.72
пр. 05.10.2	начинкой...						
Акт конт.	Слойка с молоком	110	42.95	357	7.59	10.27	58.62
пр.	сгущенным вареным/						
05.10.23 г.	шоколад. кокос/...						
№408.471/	Пирожки печ. из	75	49.09	88	2.42	1.08	17.11
17 М.	прес.сл. теста с вишневым фаршем...						
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	Пирожок печеный с	100	29.90	266.66	11	20	86.6
5 ч №646	курагой...						
741/764/Л.	Ватрушка с творогом...	75	31.08	202	9.22	5.48	29.18
№685	Пирожок печеный с	75	27.08	253	4.97	9.2	39.6
	конфитюром...						
№405,470,	Пирожок печ. сд. с	100	20.99	92	1.82	2.04	16.62
406/М.	яблоками...						
№687/	Пирожок печеный с	60	42.58	172	8.43	6.22	20.35
685/фарш	мясом...						
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...						
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

486/ П	Компот из свеж. яблок...	200	5.34	46	0.16	0.16	20.88
491/П.	Компот из ягод облепихи заморожен....	200	12.76	44	0.2	0.1	10.7
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 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 классический 2 гр./ пакет/с сах....	200/15	8.81	60	0.07	0.02	15
	Чай черный с Бергамотом 2 гр.с сах....	200/15	8.81	60	0.07	0.02	15

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав. производством