

Меню на 22.12.2025
Школа № 104
(Комплексное питание)

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

Комплекс 1 Завтрак

15/2017 М	Сыр п/твердый	10	12.01	36	2.32	2.95
14 М	Масло слив.	10	16.80	66	0.08	4.25
175 М	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200	21.29	221.9	5.66	37.5
№209 М	Яйцо варен.	40	20.00	63	5.08	4.6
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.64	100.1	3.2	0.92
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02
Итого комплекс 1:		500	76.45	547		

Комплекс 2 Завтрак

54-23м/330	Биточки руб. мясные	60/40	41.45	233	6.04	9.33
302/М.	Каша гречневая	180	20.73	292.5	10.18	7.34
54-20зН	Зеленый горошек	45	22.18	16.58	1.27	0.075
ТУ 9115-00	Хлебный батон	34	3.06	86.83	3.15	0.8
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.71	60	0.07	0.02
Итого комплекс 2:		559	90.13	688.91		

Комплекс 3 Обед

82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.95	83	1.44	3.94
№297.330/ М	Фрикадельки из птицы /филе/ с/см.	70/20	46.39	222.5	11.8	12.85
171/302 М	Каша пшеничная	150	14.60	117.2	4.32	2.9
47/ М	Салат из квашеной капусты	60	16.47	51.42	1.024	3.002
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.39	116.9	3.78	1.09
Гост	Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16
58161-201	ржано-пшеничный					
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16
Итого комплекс 3:		768	107.03	754.236		

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано" № 104
Директор / *М. И. Дубинина*
Подпись / ФИО
104

Меню на 22.12.2025
Школа № 104
(Комплексное питание)

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

Комплекс 5 Завтрак

15/2017 М	Сыр п/твердый	10	12.01	36	2.32	2.95	
14 М	Масло слив.	10	16.80	66	0.08	4.25	0.13
175 М	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200	21.29	221.9	5.66	3.74	37.5
№209 М	Яйцо варен.	40	20.00	63	5.08	4.6	0.28
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.64	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 5:		500	76.45	547			

Комплекс 6 Обед

82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.95	83	1.44	3.94	8.75
№297.330/ М	Фрикадельки из птицы /филе/ с/см.	70/20	46.39	222.5	11.8	12.85	6.6
171/302 М	Каша пшеничная	150	14.60	117.2	4.32	2.9	23.9
47/ М	Салат из квашеной капусты	60	16.47	51.42	1.024	3.002	7.073
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.39	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						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16	22.88
Итого комплекс 6:		768	107.03	754.236			

Комплекс 7 Завтрак

54-23м/330	Биточки руб. мясные	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
54-20зН	Зеленый горошек	45	22.18	16.58	1.27	0.075	2.63
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:		559	90.13	688.91			

Комплекс 8 Обед

82/ М	Борщ с капустой и картофелем	250	14.83	106	2	5.2	13.1
№297.330/ М	Фрикадельки из птицы /филе/ с/см.	60/40	44.13	247.2	12.4	18.5	7.3
302/М.	Каша пшеничная	180	17.53	265.5	7.56	5.45	46.62
47/ М	Салат из квашеной капусты	60	16.47	51.42	1.024	3.002	7.073
ТУ 9115-00	Хлебный батон	35	3.19	86.83	3.15	0.8	12
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
338 /М	Яблоко	100	16.80	47	0.4	0.4	19.8
Итого комплекс 8:		945	126.18	967.166			

Ген.директор/Технолог *Севид* Калькулятор

Севид Зав. производством

И. И. Дубинина

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

Меню на 22.12.2025 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
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
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
362/М.	Желе из плодов или ягод вишня (замороженных)...	200	46.87	129.2	5.46	0.02	26.16
452/П.	Желе из молока...	200	42.18	93.1	4.6	1.89	14.4
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 нат.рублен.из птицы / филе/...	100	78.16	248	15	14.2	14.4
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	90	65.00	327	20.7	22.4	10
Акт прораб. от	Шашлычок школьный / филе птицы/...	120	101.03	186	19.2	16.8	14
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	71.29	184	24.18	17.09	0.04
№392.М.	Пельмени отварные...	200/20	104.01	352	19.6	13	37.2

Диетические

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

Гарниры

171/302 М	Каша гречневая...	150	17.28	203.75	3.6	6.1	21.18
171/302 М	Каша пшеничная...	150	14.60	117.2	4.32	2.9	23.9
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89.46	306	4.35	15.75	30.3

Мучные изделия

№397 /М.	Блинчики со сгущ.молоком...	60/20	39.63	148.8	3.18	6.06	19.8
№537/П./а кт контр.пр-к	Пицца школьная Оригинальная /ветчина/...	110	77.83	241	10.4	10.9	25.4
№413/М.	Пицца школьная...	100	53.30	299	9.89	16.25	28.3
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	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
№ 685/98г 5 ч №646	Пирожок печеный с курагой...	100	29.90	266.66	11	20	86.6
741/764/Л.	Ватрушка с творогом...	75	31.08	202	9.22	5.48	29.18
№405,470, 406/М.	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	20.99	92	1.82	2.04	16.62
№687/ 685/фарш	Пирожок печеный с мясом...	60	42.58	172	8.43	6.22	20.35
Гост31806- Акт контр.прора	Корж...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
Гост 31806-201	Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	145	104.12	388	15.62	12.28	53.5
ту9115-001	Слойка с фруктовой начинкой...	90	62.40	286	7.6	3.7	53.5
Гост 58161-201	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

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

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством