

"Согласовано"
Директор
Подпись: *А. Губина* ФИО

Меню на 23.12.2025
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	13.5	22.19
ТУ9115-00	Хлебный батон	26	2.36	58.45	2.25	0.575	8.75
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
338/М.	Яблоко	130	21.84	61.1	0.52	0.52	12.74
Итого комплекс 1:		543	76.45	511.55			

Комплекс 2 Завтрак

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
149 П.	Помидор соленый	30	9.59	37	0.48	0.06	1.02
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 2:		544	90.13	713.97			

Комплекс 3 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	200	9.38	81	3.19	9.33	4.87
291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	62.10	333.73	15.21	13.95	20.45
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	7.04	61.9	0.9	0.1	8.2
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.38	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
338 /М	Яблоко	100	16.80	47	0.4	0.4	19.8
Итого комплекс 3:		828	107.03	735.146			

Ген.директор/Технолог *А. Губина* Калькулятор

А. Губина Зав производством *А. Губина*

Меню на 23.12.2025
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	13.5	22.19
ТУ9115-00	Хлебный батон	26	2.36	58.45	2.25	0.575	8.75
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
338/М.	Яблоко	130	21.84	61.1	0.52	0.52	12.74
Итого комплекс 5:		543	76.45	511.55			

Комплекс 6 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	200	9.38	81	3.19	9.33	4.87
291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	62.10	333.73	15.21	13.95	20.45
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	7.04	61.9	0.9	0.1	8.2
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.38	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
338 /М	Яблоко	100	16.80	47	0.4	0.4	19.8
Итого комплекс 6:		828	107.03	735.146			

Комплекс 7 Завтрак

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
149 П.	Помидор соленый	30	9.59	37	0.48	0.06	1.02
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:		544	90.13	713.97			

Комплекс 8 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	250	11.72	76.25	1.49	4.91	6.09
291/М.	Плов из птицы / филе/	40/150	51.78	333.73	13.5	11.95	20.45
54-20зН	Зеленый горошек	45	22.18	16.58	1.27	0.075	2.63
ту9115-001	Хлебный батон	38	3.51	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						
707/ Л.	Сок фруктовый " Мой" 0,200	200	35.00	88			
Итого комплекс 8:		743	126.18	663.276			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

Меню на 23.12.2025

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
75 /М.	Икра свекольная /зел. лист сал./...	100/1/1	18.54	13.93	2.4	7.6	13
17/ Л.	Салат из соленых огурцов с луком...	100	32.38	104	0.12	12.9	2.4
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
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

98 М	Суп крестьянский с пшеном...	250	11.72	76.25	1.49	4.91	6.09
------	------------------------------	-----	-------	-------	------	------	------

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
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
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
381/1994	Котлета отбивная свин./косточ/...	77/20	87.87	492.8	14.5	43.6	10.24

Диетические

291/М.	Плов из птицы / филе/...	50/150	62.10	333.73	15.21	13.95	20.45
№ 54-3 м-2020	Голубцы Ленивые/ гов./соус см. том....	100/50	69.94	128.4	8.4	7.6	6.4
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

Гарниры

202/309 /М	Макароны отварные...	150	17.70	158.45	5.02	5.2	29.45
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

№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
566/1973	Слойка с марципаном/ помадка шок. сах. /...	100	38.40	426	7.9	10.2	58.6
№408.471/ 17 М.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем...	75	49.09	88	2.42	1.08	17.11
ТТК № 3 774/Л.	Булочка с сыром...	60	17.12	218	5.48	6.52	34.4
	Булочка сдобная с помадой /ванильной/...	100	24.19	340	7.3	8.8	57.9
766/Л.	Сдоба обыкновенная...	100	17.87	262	7.76	4.72	47.1
№ 685/98г 5 ч №646	Пирожок печеный с курагой...	100	29.90	266.66	11	20	86.6
№738.758/ Л.	Пирожок печен.с капустой...	60	14.58	132	3.9	3.26	20.76
№687/ 685/фарш	Пирожок печеный с мясом...	60	42.58	172	8.43	6.22	20.35
№405,470, 406/М.	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	20.99	92	1.82	2.04	16.62
741/764/Л.	Ватрушка с творогом...	75	31.08	202	9.22	5.48	29.18
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
ту9115-001	Хлебный батон...	50	4.56	116.9	3.78	1.09	16.5
Гост 58161-201	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный...	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28

Напитки

486/ П	Компот из свеж. яблок...	200	5.34	46	0.16	0.16	20.88
491/П.	Компот из ягод черная смородина заморожен....	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

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством