

"Согласовано"

Директор

Подпись № 1 ФИО

Меню на 29.12.2025 **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	7.71	8.27	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/	Фрикадельки в	50/50	50.74	193	15.5	11	8.7
М.	соусе/гов./с/смет./						
202/ М.	Макароньы 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	7.82	8.75
268/331 М	Биточки (говядина) 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

С.А. Зубова

"Согласовано"
Директор
Подпись: *М. А. Юзева* ФИО

Меню на 29.12.2025
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	7.71	8.27	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	7.82	8.75
268/331 М	Биточки (говядина) 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.	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 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 *Рев* Калькулятор

Ов Зав производством *Ов*

Меню на 29.12.2025

Школа № 104

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

Холодные блюда

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
338 /М	Яблоко...	100	16.80	47	0.4	0.4	19.8

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
293 /М.	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

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

Мучные изделия

№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. 05.10.23 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
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

№687/685/фарш	Пирожок печеный с мясом...	60	42.58	172	8.43	6.22	20.35
Гост31806-Акт	Корж...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
конр.прора	Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	145	104.12	388	15.62	12.28	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
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

Напитки и соки

707/ Л.	Сок фруктовый " Мой" 0,200...	200	35.00	88			
Гост 28188-201	Вода питьевая 0,5 без/газа...	1 шт.	36.25				
Гост 28188-201 4	Напиток не газ. "Сенежская" в ассорт. 0,44 *...	1 шт	49.75	15			4.5
Гост 28188-201 4	"ДЖАМПЕР" напитки негазир. ароматиз. 0,33 л в ассорт....	1 шт	59.94	45			11
Гост32105-2013	Лаймон фреш чай Черн/Зеленый в ассорт. 0,5 л 1/12...	1 шт.	76.88	35			8.5
ГОСТ 32105-201 3	лес tea Фрутомотив Чай чер/зел. с фрукт. в ассор. 0,5л...	1 шт.	64.23	35			9.1

Ген.директор/Технолог



Калькулятор



Зав производством

