

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

Меню на 26.01.2026
Школа № 104
(Комплексное питание)

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

Комплекс 1 Завтрак

15/М.	Сыр полутвердый	15	22.78	54	3.48	4.43	
№160	Суп молочный с	250	26.80	199.1	8	9.9	24.7
сб.2004г.	вермишелью						
ту 9115-00	Хлебный батон	46	4.25	108.3	3.6	0.92	13.01
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
338 /М	Яблоко	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
Итого комплекс 1:		618	76.45	470.4			

Комплекс 2 Завтрак

15 М	Сыр полутвердый	13	19.44	46.8	3.02	3.84	
№160	Суп молочный с	250	26.80	199.1	8	9.9	24.7
сб.2004г.	вермишелью						
ту9115-001	Хлебный батон	34	3.50	100.1	3.2	0.92	13.01
382 М	Какао с молоком	200	22.79	118.6	4.08	3.54	17.58
338 /М	Яблоко	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
Итого комплекс 2:		597	90.13	511.6			

Комплекс 3 Обед

82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.77	83	1.44	7.82	8.75
268/331 М	Биточки (говядина) с с-м см. том.	60/30	58.13	262.8	13.5	8.44	17.82
171/302 М	Каша гречневая	150	16.86	203.75	3.6	6.1	21.18
54-27зН	Морковь отварная дольками	60	7.44	60.69	0.8	2	4.1
ТУ 9115-00	Хлебный батон	56	5.16	128.59	4.95	1.27	20.85
Гост	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный						
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5.53	46	0.16	0.16	20.88
Итого комплекс 3:		776	107.03	833.446			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством



Меню на 26.01.2026 Школа № 104 (Комплексное питание)

Наименование блюда		Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Комплекс 5 Завтрак							
15/М.	Сыр полутвердый	15	22.78	54	3.48	4.43	
№160	Суп молочный с	250	26.80	199.1	8	9.9	24.7
сб.2004г.	вермишелью						
ту 9115-00	Хлебный батон	46	4.25	108.3	3.6	0.92	13.01
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
338 /М	Яблоко	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
	Итого комплекс 5:	618	76.45	470.4			
Комплекс 6 Обед							
82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.77	83	1.44	7.82	8.75
268/331 М	Биточки (говядина) с с-м см. том.	60/30	58.13	262.8	13.5	8.44	17.82
171/302 М	Каша гречневая	150	16.86	203.75	3.6	6.1	21.18
54-27зН	Морковь отварная дольками	60	7.44	60.69	0.8	2	4.1
ТУ 9115-00	Хлебный батон	56	5.16	128.59	4.95	1.27	20.85
Гост	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный						
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5.53	46	0.16	0.16	20.88
	Итого комплекс 6:	776	107.03	833.446			
Комплекс 7 Завтрак							
15 М	Сыр полутвердый	13	19.44	46.8	3.02	3.84	
№160	Суп молочный с	250	26.80	199.1	8	9.9	24.7
сб.2004г.	вермишелью						
ту9115-001	Хлебный батон	35	3.50	100.1	3.2	0.92	13.01
382 М	Какао с молоком	200	22.79	118.6	4.08	3.54	17.58
338 /М	Яблоко	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
	Итого комплекс 7:	598	90.13	511.6			
Комплекс 8 Обед							
82/ М	Борщ с капустой и картофелем	250	14.61	106	2	5.2	13.1
54-23м/330	Биточки руб. мясные	60/40	44.79	233	6.04	9.33	11.88
302/М.	Каша гречневая	180	20.23	292.5	10.18	7.34	29.37
150 П	Икра кабачковая	100	33.77	118	1.9	8.9	7.7
ТУ 9115-00	Хлебный батон	56	5.11	128.59	4.95	1.27	20.85
Гост	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный						
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5.53	46	0.16	0.16	20.88
	Итого комплекс 8:	906	126.18	972.706			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством



Меню на 26.01.2026 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	25.05	139.5	4.77	7.43	13.34
5/294 М.	Гамбургер с котлетой из птицы /лист салата/пакет/...	190/1	74.72	362	19.44	11.72	44.46
95,612 /Л.	Рыба жарен. под маринад. минтай / филе/...	50/50	34.35	173	5.8	8.3	14.83
67/ М.	Винегрет овощ./зел. гор., лист сал.,зел./...	100/1/1	23.55	125.1	1.4	10.1	7.29
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./...	100/1/1	28.29	84	1.3	5	8
75 /М.	Икра свекольная /зел. лист сал./...	100/1/1	18.32	13.93	2.4	7.6	13
338/М.	Апельсины...	100	36.80	43	0.9	0.2	8.1
338/М.	Мандарины...	100	40.00	38	0.8	0.2	7.5
338 /М	Яблоко...	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
629/Л.	Лимон с сахаром...	30/10	10.72	67.6	8.26	0.04	15.48
674 /Л.	Яблоки печеные...	75	19.06	120.7	0.22	0.15	30.1
Первые блюда							
82/ М	Борщ с капустой и картофелем...	250	14.61	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	86.41	248	15	14.2	14.4
Акт прораб. от	Шашлычок школьный / филе птицы/...	120	118.79	186	19.2	16.8	14
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	90	72.87	327	20.7	22.4	10
№392.М.	Пельмени отварные...	200/20	111.66	352	19.6	13	37.2
Диетические							
395 М.	Вареники с Адыг. сыром...	180/5	88.17	368	21.59	12.41	42.43
№358/Л.	Сырники из тв. сах. смет....	100/10/20	96.76	251	15.2	12.4	18.9
Гарниры							
202/309 /М	Макароны отварные....	150	17.28	138.45	4.77	5.2	23.45
171/302 М	Каша гречневая...	150	16.86	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							

№397 /М.	Блинчики с маслом...	60/3	31.84	148.8	3.18	6.06	19.8
№413/М.	Пицца школьная...	100	52.83	299	9.89	16.25	28.3
№537/П./а	Пицца школьная	110	78.92	241	10.4	10.9	25.4
кт	Оригинальная						
контр.пр-к	/ветчина/...						
747/ Л.	Сосиска запеч. в тесте...	55/50	49.69	228	9.6	13.84	26.9
№850	Хачапури	75	58.86	346	13.9	28.17	36.78
сб.1997г.	имеретинские...						
418	Слойка с	100	25.75	333.3	3.17	11.79	50.72
сб2017г.М	конфитюром...						
566/1973	Слойка с марципаном/ помадка шок. сах. /...	100	37.34	426	7.9	10.2	58.6
Акт конт.	Слойка с маковой	120	32.00	333.3	3.17	11.79	50.72
пр. 05.10.2	начинкой...						
№564 сб.1	Язычки слоеные...	50	25.45	271	9.6	0.92	26.9
ТТК № 3	Булочка с сыром...	60	16.46	218	5.48	6.52	34.4
766/Л.	Сдоба обыкновенная...	100	17.56	262	7.76	4.72	47.1
774/Л.	Булочка сдобная с помадой /шок. сах./...	100	22.82	340	7.3	8.8	57.9
№738.758/	Пирожок печен.с	60	13.83	132	3.9	3.26	20.76
Л.	капустой...						
№ 685/98г	Пирожок печеный с	100	29.12	266.66	11	20	86.6
5 ч №646	курагой...						
№405,470,	Пирожок печ. сд. с	100	20.78	92	1.82	2.04	16.62
406/М.	яблоками...						
№687/	Пирожок печеный с	60	41.96	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	109.42	388	15.62	12.28	53.5
контр.прора	сыром...						
Гост	Слойка с фруктовой	90	68.64	286	7.6	3.7	53.5
31806-201	начинкой...						
ту9115-001	Хлебный батон...	50	4.60	116.9	3.78	1.09	16.5
Гост	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный...						

Напитки

486/ П	Компот из свеж. яблок...	200	5.53	46	0.16	0.16	20.88
375,376/М/	Чай с сахаром...	200	2.78	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	9.16	60			
	Чай черный классический 2 гр./ пакет/с сах....	200/15	9.13	60	0.07	0.02	15
	Чай черный с Бергамотом 2 гр.с сах....	200/15	9.13	60	0.07	0.02	15

Напитки и соки

707/ Л.	Сок / нектар в ассортименте 0,200...	200	35.00	88			
Гост	Вода питьевая 0,5	1шт.	36.25				
28188-201	без/газа...						

Ген.директор/Технолог

 Калькулятор



Зав производством

