



Меню на 28.01.2026
Школа № 104
(Комплексное питание)

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Комплекс 1 Завтрак						
269,331 М Котлеты особые /смет-том.соус/	60/30	42.83	180	8.8	9.81	10.34
171,302 / Каша пшенная	150	13.72	156	6.6	5.73	33.88
78 сБ2004 г Икра свекольная	60	10.08	71.4	1.38	4.08	7.02
ту9115-001 Хлебный батон	52	4.80	116.9	3.78	1.09	16.5
375,376/М. Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 1:	559	76.45	586.3			
Комплекс 2 Завтрак						
269,331 М Котлеты особые /смет-том.соус/	100/20	65.80	200	9.7	13.1	10.3
302/ М. Каша пшенная	180	16.46	275.4	7.92	6.88	34.45
ТУ 9115-00 Хлебный батон	55	5.09	128.59	4.95	1.27	20.85
375,376/М/ Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 2:	555	90.13	663.99			
Комплекс 3 Обед						
102 М. Суп картофельный с горохом	200	9.98	98.6	3.39	8.59	11.53
288 /М. Птица отварная /тушка/	90	53.89	210	7.59	6.23	0.41
202/309 /М Макароны отварные	150	17.28	138.45	4.77	5.2	23.45
54-27зН Морковь отварная дольками	60	7.44	60.69	0.8	2	4.1
ту9115-001 Хлебный батон	41	3.80	100.1	3.2	0.92	13.01
Гост Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201 ржано-пшеничный						
Акт контр. Кисель из ягод	200	12.50	140	0.31		29.4
проработк заморожен.						
Итого комплекс 3:	761	107.03	796.456			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано"
Директор
Подпись ФИО *А.А. Дубина*

Меню на 28.01.2026
Школа № 104
(Комплексное питание)

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Комплекс 5 Завтрак						
269,331 М Котлеты особые /смет-том.соус/	60/30	42.83	180	8.8	9.81	10.34
171,302 / Каша пшенная	150	13.72	156	6.6	5.73	33.88
78 сб2004 г Икра свекольная	60	10.08	71.4	1.38	4.08	7.02
ту9115-001 Хлебный батон	52	4.80	116.9	3.78	1.09	16.5
375,376/М. Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 5:	559	76.45	586.3			
Комплекс 6 Обед						
102 М. Суп картофельный с горохом	200	9.98	98.6	3.39	8.59	11.53
288 /М. Птица отварная /тушка/	90	53.89	210	7.59	6.23	0.41
202/309 /М Макароны отварные	150	17.28	138.45	4.77	5.2	23.45
54-27зН Морковь отварная дольками	60	7.44	60.69	0.8	2	4.1
ту9115-001 Хлебный батон	41	3.80	100.1	3.2	0.92	13.01
Гост Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201 ржано-пшеничный						
Акт контр. проработк Кисель из ягод заморожен.	200	12.50	140	0.31		29.4
Итого комплекс 6:	761	107.03	796.456			
Комплекс 7 Завтрак						
269,331 М Котлеты особые /смет-том.соус/	100/20	65.80	200	9.7	13.1	10.3
302/ М. Каша пшенная	180	16.46	275.4	7.92	6.88	34.45
ТУ 9115-00 Хлебный батон	55	5.09	128.59	4.95	1.27	20.85
375,376/М/ Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 7:	555	90.13	663.99			
Комплекс 8 Обед						
102/ М. Суп картофельный с горохом	250	12.47	148.25	4.5	5.77	11.53
288 М Птица отварная /тушка/	100	59.88	328	23.44	25.82	0.5
202/ М. Макароны отварные	180	20.74	202.14	6.79	5.41	31.72
75 сб2017 Икра морковная		15.89	91.2	2.014	0.102	20.55
ТУ9115-00 Хлебный батон	28	2.56	70.1	2.7	0.69	10.1
Гост Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201 ржано-пшеничный						
Акт контр. проработк Кисель из ягод заморожен.	200	12.50	140	0.31		29.4
Итого комплекс 8:	778	126.18	1028.30			

Ген.директор/Технолог *Лев* Калькулятор

Лев Зав производством *Лев*



Меню на 28.01.2026 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
57/ Л.	Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./...	100	24.00	98	3.2	7.8	3.2
75 /М.	Икра свекольная /зел. лист сал./...	100/1/1	18.32	13.93	2.4	7.6	13
450/П.	Желе из сока Нектар фруктовый...	200	24.60	65.1	2.69	0.04	13.61
452/П.	Желе из молока...	200	42.06	93.1	4.6	1.89	14.4
338 /М	Яблоко...	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
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
674 /Л.	Яблоки печеные...	75	19.06	120.7	0.22	0.15	30.1
629/Л.	Лимон с сахаром...	30/10	10.72	67.6	8.26	0.04	15.48
Первые блюда							
102/ М.	Суп картофельный с горохом...	250	12.47	148.25	4.5	5.77	11.53
Вторые блюда							
377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	103.08	160	9.3	6.8	14.2
496/ Л.	Котлета из филе птицы ланиров. жарен....	90	72.87	327	20.7	22.4	10
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
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	69.12	184	24.18	17.09	0.04
293 М	Птица жареная/голень/...	100	70.26	184	24.18	17.09	0.04
№392.М.	Пельмени отварные...	200/20	111.66	352	19.6	13	37.2
Диетические							
256/М.	Мясо тушеное/ говядина/...	50/50	118.95	225	15.2	17.38	2.56
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							
171,302 /	Каша пшеничная...	150	13.72	156	6.6	5.73	33.88
202/309 /М	Макароны отварные...	150	17.28	138.45	4.77	5.2	23.45

147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89.46	306	4.35	15.75	30.3
---------	------------------------------------------	-----	-------	-----	------	-------	------

Мучные изделия

398 /М.	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом...	110/5	57.98	384	4.4	8.47	64.2
№413/М.	Пицца школьная...	100	52.83	299	9.89	16.25	28.3
№537/П./а кт	Пицца школьная Оригинальная	110	78.92	241	10.4	10.9	25.4
контр.пр-к 747/ Л.	/ветчина/...						
	Сосиска запеч. в тесте...	55/50	49.69	228	9.6	13.84	26.9
№850 сб.1997г.	Хачапури имеретинские...	75	58.86	346	13.9	28.17	36.78
418 сб2017г.М	Слойка с конфитюром...	100	25.75	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт. пр. 05.10.2	Слойка с маковой начинкой...	120	32.00	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт. пр. 05.10.23 г.	Слойка с молоком сгущенным вареным/ шоколад.кокос/...	110	38.60	357	7.59	10.27	58.62
№408.471/ 17 М.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем...	75	49.06	88	2.42	1.08	17.11
774/Л.	Булочка сдобная с помадой /шок. сах./...	100	22.82	340	7.3	8.8	57.9
774/Л.	Булочка " Матвеевский Кругляш "...	100	27.20	340	7.3	8.8	57.9
ТТК № 3 766/Л.	Булочка с сыром...	60	16.46	218	5.48	6.52	34.4
№738.758/ Л.	Сдоба обыкновенная...	100	17.56	262	7.76	4.72	47.1
№ 685/98г 5 ч №646	Пирожок печен.с капустой...	60	13.84	132	3.9	3.26	20.76
№405,470, 406/М.	Пирожок печеный с курагой...	100	29.12	266.66	11	20	86.6
741/764/Л. №687/ 685/фарш	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	20.78	92	1.82	2.04	16.62
№572 /1973	Ватрушка с творогом...	75	27.86	202	9.22	5.48	29.18
Гост31806- Акт контр.прора	Пирожок печеный с мясом...	60	41.96	172	8.43	6.22	20.35
Гост 31806-201 ту9115-001	Сочни из песочного теста...	55	23.02	201	9.7	21.34	20.9
Гост 58161-201	Корж...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
	Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	145	110.94	388	15.62	12.28	53.5
	Слойка с фруктовой начинкой...	90	68.64	286	7.6	3.7	53.5
	Хлебный батон...	50	4.60	116.9	3.78	1.09	16.5
	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
	ржано-пшеничный...						

Напитки

Акт контр. проработк 491/П.	Кисель из ягод заморожен....	200	12.50	140	0.31		29.4
	Компот из ягод облепихи заморожен....	200	13.86	44	0.2	0.1	10.7
375,376/М/ 375,376/М.	Чай с сахаром...	200	2.78	60	0.07	0.02	15
	Чай с лимоном...	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
	Чай черный классический 2 гр./ пакет/с сах....	200/15	9.13	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	9.16	60			
	Чай черный с Бергамотом 2 гр.с сах....	200/15	9.13	60	0.07	0.02	15

Ген.директор/Технолог  Калькулятор

 Зав. производством

