



## Меню на 04.02.2026 Школа № 104 (Комплексное питание)

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

### Комплекс 1 Завтрак

54-23м/330 М. Котлеты руб. из птицы / филе/соус смет.	60/30	42.69	171	9.04	8.2	10.69
171/302 М Каша гречневая	150	16.86	203.75	3.6	6.1	21.18
139/М Капуста тушеная	60	10.91	46.2	1.71	2.21	10.23
ТУ 9115-00 Хлебный батон	35	3.21	86.83	3.15	0.8	12
375,376/М/ Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
<b>Итого комплекс 1:</b>	<b>535</b>	<b>76.45</b>	<b>567.78</b>			

### Комплекс 2 Завтрак

54-23м/330 М. Котлеты руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	44.44	233	6.04	9.33	11.88
302/М. Каша гречневая	180	20.23	292.5	10.18	7.34	29.37
75 /М. Икра свекольная	100	16.56	13.93	2.4	7.6	13
ту9115-001 Хлебный батон	42	3.88	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М. Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
<b>Итого комплекс 2:</b>	<b>629</b>	<b>90.13</b>	<b>701.53</b>			

### Комплекс 3 Обед

103 М. Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14.40	137	4.9	2.5	26
256/М Мясо тушеное/ свинина/	45/45	47.90	204.5	9.52	17.65	2.3
171/302 М Каша ячневая	150	12.52	122.5	4.8	4.4	25.8
149 П Огурец соленый	60	18.65	6.6	0.48	0.06	1.02
ту9115-001 Хлебный батон	48	4.44	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						
495 П Компот из смеси сухофруктов	200	6.98	132.8	0.66	0.09	22.01
<b>Итого комплекс 3:</b>	<b>818</b>	<b>107.03</b>	<b>768.916</b>			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством



## Меню на 04.02.2026 Школа № 104 (Комплексное питание)

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

### Комплекс 5 Завтрак

54-23м/330 М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус смет.	60/30	42.69	171	9.04	8.2	10.69
171/302 М	Каша гречневая	150	16.86	203.75	3.6	6.1	21.18
139/М	Капуста тушеная	60	10.91	46.2	1.71	2.21	10.23
ТУ 9115-00	Хлебный батон	35	3.21	86.83	3.15	0.8	12
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
<b>Итого комплекс 5:</b>		<b>535</b>	<b>76.45</b>	<b>567.78</b>			

### Комплекс 6 Обед

103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14.40	137	4.9	2.5	26
256/М	Мясо тушеное/ свинина/	45/45	47.90	204.5	9.52	17.65	2.3
171/302 М	Каша ячневая	150	12.52	122.5	4.8	4.4	25.8
149 П	Огурец соленый	60	18.65	6.6	0.48	0.06	1.02
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.44	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						
495 П	Компот из смеси сухофруктов	200	6.98	132.8	0.66	0.09	22.01
<b>Итого комплекс 6:</b>		<b>818</b>	<b>107.03</b>	<b>768.916</b>			

### Комплекс 7 Завтрак

54-23м/330 М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	44.44	233	6.04	9.33	11.88
302/М.	Каша гречневая	180	20.23	292.5	10.18	7.34	29.37
75 /М.	Икра свекольная	100	16.56	13.93	2.4	7.6	13
ту9115-001	Хлебный батон	42	3.88	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
<b>Итого комплекс 7:</b>		<b>629</b>	<b>90.13</b>	<b>701.53</b>			

### Комплекс 8 Обед

103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14.40	137	4.9	2.5	26
256/М.	Мясо тушеное/ свинина/	50/50	53.17	305	10.58	18.17	7.56
302/ 2017	Каша ячневая	190	15.86	155.16	6.08	5.57	32.68
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./	100/1/1	28.29	84	1.3	5	8
ТУ9115-00	Хлебный батон	58	5.34	116.9	3.94	0.5	48.3
Гост	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный						
495 П	Компот из смеси сухофруктов	200	6.98	132.8	0.66	0.09	22.01
<b>Итого комплекс 8:</b>		<b>920</b>	<b>126.18</b>	<b>979.476</b>			

Ген.директор/Технолог

*Сул*

Калькулятор

*Сул*

Зав производством

*Сул*

"Согласовано"

Директор

Подпись ФИО

## Меню на 04.02.2026

### Школа № 104

Наименование блюда		Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
<b>Холодные блюда</b>							
№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	74.32	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 овоц./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
362/М.	Желе из плодов или ягод вишня (замороженных)...	200	44.63	129.2	5.46	0.02	26.16
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.	Мандарины...	100	40.00	38	0.8	0.2	7.5
338/М.	Апельсины...	100	36.80	43	0.9	0.2	8.1
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
<b>Первые блюда</b>							
103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./...	250	14.40	137	4.9	2.5	26
<b>Вторые блюда</b>							
Акт конт.пр.20.	Котлета нат.рублен.из птицы / филе/...	100	85.64	248	15	14.2	14.4
377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	103.08	160	9.3	6.8	14.2
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	71.17	184	24.18	17.09	0.04
№392.М.	Пельмени отварные...	200/20	111.66	352	19.6	13	37.2
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	90	72.19	327	20.7	22.4	10
379/94	Эскалоп/свин./...	85	111.61	343.15	17.1	52.6	
<b>Диетические</b>							
156,385/П	Овощи отварные с рисом припуц./заморож./...	200	56.69	195.8	5.4	5.2	29.6
395 М.	Вареники с Адыг. сыром...	180/5	88.17	368	21.59	12.41	42.43
362Л.	Пудинг из творога со сметаной...	100/20	88.31	237	13.4	10.9	20.7
<b>Гарниры</b>							
171/302 М	Каша гречневая...	150	16.86	203.75	3.6	6.1	21.18
171/302 М	Каша ячневая...	150	12.52	122.5	4.8	4.4	25.8
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89.49	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
№397 /М.	Блинчики с маслом...	60/3	31.84	148.8	3.18	6.06	19.8
№537/П./а кт	Пицца школьная Оригинальная	110	78.92	241	10.4	10.9	25.4
контр.пр-к	/ветчина/...						
№413/М.	Пицца школьная...	100	52.83	299	9.89	16.25	28.3
747/Л.	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
566/1973	Слойка с марципаном/ помадка шок. сах. /...	100	37.34	426	7.9	10.2	58.6
Акт конт. пр. 05.10.2	Слойка с маковой начинкой...	120	32.00	333.3	3.17	11.79	50.72
№408.471/ 17 М.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем...	75	49.06	88	2.42	1.08	17.11
ТТК № 3 774/Л.	Булочка с сыром...	60	16.46	218	5.48	6.52	34.4
	Булочка сдобная с помадой /ванильной/...	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
766/Л.	Сдоба обыкновенная...	100	17.56	262	7.76	4.72	47.1
№738.758/ Л.	Пирожок печен.с капустой...	60	13.84	132	3.9	3.26	20.76
№ 685/98г 5 ч №646	Пирожок печеный с курагой...	100	29.12	266.66	11	20	86.6
№405,470, 406/М.	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	20.78	92	1.82	2.04	16.62
№687/ 685/фарш	Пирожок печеный с мясом...	60	41.96	172	8.43	6.22	20.35
741/764/Л.	Ватрушка с творогом...	75	27.86	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	111.07	388	15.62	12.28	53.5
Гост 31806-201	Слойка с фруктовой начинкой...	90	68.64	286	7.6	3.7	53.5
ту9115-001	Хлебный батон...	50	4.60	116.9	3.78	1.09	16.5
Гост 58161-201	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный...	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28

## Напитки

495 П	Компот из смеси сухофруктов...	200	6.98	132.8	0.66	0.09	22.01
491/П.	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

