



Меню на 10.02.2026 Школа № 104 (Комплексное питание)

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

Комплекс 1 Завтрак

291/М.	Плов из птицы / филе/	40/160	57.49	298.66	11.51	14.58	26.45
139/М	Капуста тушеная	60	10.91	46.2	1.71	2.21	10.23
ТУ 9115-00	Хлебный батон	57	5.27	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 1:		517	76.45	533.45			

Комплекс 2 Завтрак

291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	67.52	333.73	15.51	14.58	20.45
75 сб2017	Икра морковная	100	15.89	9.12	2.014	1.02	0.255
ту9115-001	Хлебный батон	43	3.94	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 2:		543	90.13	502.95			

Комплекс 3 Обед

103 М	Суп карт. с мак. из.-ми /верм./	200	11.51	114.6	2.15	3.27	12.54
229 М	Рыба . тушеная в томате с овощами/минтай/	45/45	30.15	150.5	12.78	15.46	4.42
312 М	Картофельное пюре	150	28.58	137.25	4.06	4.8	22.43
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	6.91	61.9	0.9	0.1	8.2
ТУ 9115-00	Хлебный батон	34	3.16	86.83	3.15	0.8	12
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
338 /М	Яблоко	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
Итого комплекс 3:		854	107.03	779.496			

Ген.директор/Технолог

Рублева Калькулятор

Зав производством

Рублева

"Согласовано"
 Директор
 Подпись: ФИО
 № 104

Меню на 10.02.2026
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	74.32	362	19.44	11.72	44.46
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
452/П.	Желе из молока...	200	42.06	93.1	4.6	1.89	14.4
362/М.	Желе из плодов или ягод вишня (замороженных)...	200	44.63	129.2	5.46	0.02	26.16
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
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

103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./...	250	14.40	137	4.9	2.5	26
--------	------------------------------------	-----	-------	-----	-----	-----	----

Вторые блюда

377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	118.16	160	9.3	6.8	14.2
Акт конт.пр.20.	Котлета нат.рублен.из птицы / филе/...	100	85.64	248	15	14.2	14.4
229 М	Рыба . тушеная в томате с овощами/минтай/...	50/50	33.44	123	8.55	9.2	6.8
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	71.17	184	24.18	17.09	0.04
Акт кон.прор.о т 07.09.22г.	Отбивная нат.школьная с сыром из птицы/томат/...	110	117.20	103.78	24.2	23.8	14
№486/Л.	Голубцы /соус смет. томат./...	85/50	73.03	162	10.7	9.59	8.71
№392.М.	Пельмени отварные...	200/20	111.66	352	19.6	13	37.2

Диетические

291/М.	Плов из птицы / филе/...	50/150	67.52	333.73	15.51	14.58	20.45
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

Гарниры

304 М.	Рис отварной...	150	21.61	209.7	3.65	5.37	36.68
312 М	Картофельное пюре...	150	28.58	137.25	4.06	4.8	22.43
508/2004	Каша кукурузная...	150	13.04	232.8	6.33	7.51	8.24
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89.49	306	4.35	15.75	30.3

№537/П./а кт контр.пр-к	Пицца школьная Оригинальная /ветчина/...	110	78.92	241	10.4	10.9	25.4
№413/М. 747/Л.	Пицца школьная... Сосиска запеч. в тесте...	100 55/50	52.83 49.69	299 228	9.89 9.6	16.25 13.84	28.3 26.9
№850 сб.1997г. 418	Хачапури имеретинские...	120	94.16	184.8	5.56	11.26	14.71
сб2017г.М 566/1973	Слойка с конфитюром...	100	25.75	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт. пр. 05.10.2	Слойка с марципаном/ помадка шок. сах. /...	100	37.34	426	7.9	10.2	58.6
Акт конт. пр. 05.10.23 г.	Слойка с маковой начинкой...	120	32.00	333.3	3.17	11.79	50.72
№408.471/ 17 М.	Слойка с молоком сгущенным вареным/ шоколад.кокос/...	110	38.60	357	7.59	10.27	58.62
ТТК № 3 766/Л. 774/Л.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем...	75	49.06	88	2.42	1.08	17.11
774/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	Булочка " Матвеевский Кругляш "...	100	27.20	340	7.3	8.8	57.9
№687/ 685/фарш	Булочка сдобная с помадой /ванильной/...	100	22.82	340	7.3	8.8	57.9
№405,470, 406/М.	Пирожок печен.с капустой...	60	13.83	132	3.9	3.26	20.76
№572 /1973	Пирожок печеный с курагой...	100	29.12	266.66	11	20	86.6
Гост31806- Акт контр.прора	Пирожок печеный с мясом...	60	41.96	172	8.43	6.22	20.35
Гост 31806-201	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	20.78	92	1.82	2.04	16.62
ту9115-001 Гост 58161-201	Сочни из песочного теста...	55	23.02	201	9.7	21.34	20.9
495 П	Корж...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
491/П.	Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	145	111.07	388	15.62	12.28	53.5
375,376/М/ 375,376/М.	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

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