

"Согласовано"

Директор  
Подпись ФИО

*А. Рублева*

# Меню на 16.02.2026

## Школа № 104

### (Комплексное питание)

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

#### Комплекс 1 Завтрак

15/2017 M	Сыр п/твердый	10	14.95	36	2.32	2.95
14 M	Масло слив.	10	16.00	66	0.08	4.25
175 M	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200	17.41	221.9	5.71	37.09
№209 M	Яйцо варен.	40	21.60	63	5.08	4.6
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.71	100.1	3.2	13.01
375,376/M/	Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02
<b>Итого комплекс 1:</b>		<b>500</b>	<b>76.45</b>	<b>547</b>		

#### Комплекс 2 Завтрак

15 M	Сыр полутвердый	13	19.44	46.8	3.02	3.84
14 M	Масло слив.	10	16.00	66	0.08	4.25
175 M	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	250	26.51	277.3	7.1	51.5
№209 M	Яйцо варен.	40	21.60	63	5.08	4.6
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.80	100.1	3.2	13.01
375,376/M/	Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02
<b>Итого комплекс 2:</b>		<b>554</b>	<b>90.13</b>	<b>613.2</b>		

#### Комплекс 3 Обед

82/ M	Борщ с капустой и картофелем	250	14.61	106	2	5.4
№297.330/ M	Фрикадельки из птицы /филе/ с/см.	70/20	49.99	222.5	9.9	12.85
171/302 M	Каша пшеничная	150	14.18	117.2	4.32	2.9
139/M	Капуста тушеная	60	10.91	46.2	3.21	2.21
ту 9115-00	Хлебный батон	43	3.96	108.3	3.6	0.92
Гост	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16
58161-201	ржано-пшеничный					10.28
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16
<b>Итого комплекс 3:</b>		<b>813</b>	<b>107.03</b>	<b>763.416</b>		

Ген.директор/Технолог

*Саеф*

Калькулятор

*Авт*

Зав производством

*Авт*



"Согласовано"  
 Директор  
 Подпись ФИО  
 МАОУ  
 Школа № 104  
 07.09.2026 10:29:01

## Меню на 16.02.2026 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
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

82/ М	Борщ с капустой и картофелем...	250	14.61	106	2	5.4	13.1
-------	---------------------------------	-----	-------	-----	---	-----	------

### Вторые блюда

№297.330/ М	Фрикадельки из птицы /филе/ с/см....	70/20	49.99	222.5	9.9	12.85	6.6
377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	118.16	160	9.3	6.8	14.2
6/9/22 Акт конт. пр.	Люля из птицы /филе/...	100/20/5	69.49	248	15	14.2	14.4
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	100	80.21	363.3	23	24.89	11.11
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
Акт прораб. от	Шашлычок школьный / филе птицы/...	120	117.68	186	19.2	16.8	14
№392.М.	Пельмени отварные...	200/20	111.66	352	19.6	13	37.2
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	71.17	184	24.18	17.09	0.04

### 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
156,385/П	Овощи отварные с рисом припущ./заморож./...	200	56.69	195.8	5.4	5.2	29.6

### Гарниры

171/302 М	Каша гречневая...	150	16.86	203.75	3.6	6.8	21.18
171/302 М	Каша пшеничная...	150	14.18	117.2	4.32	2.9	23.9
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89.49	306	4.35	15.75	30.3

### Мучные изделия

	блинчики с фруктовым фаршем с маслом...	110/5	57.98	384	4.4	8.47	64.2
№397 /М. №537/П./а кт контр.пр-к	Блинчики с маслом... Пицца школьная Оригинальная /ветчина/...	60/3 110	31.84 78.92	148.8 241	3.18 10.4	6.06 10.9	19.8 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 сб2017г.М	Хачапури имеретинские... Слойка с конфитюром...	120 100	94.16 25.75	184.8 333.3	5.56 3.17	11.26 11.79	14.71 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
408/ф 457/М	Пирожок печ. из пресного слоеного теста / филе ц/б/...	120	91.32	353.6	6.3	16.51	44.72
774/Л.	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
Акт 2026г. ТТК № 3	"Ореховая Гата"...	100	53.49	226	8.4	13.4	45.8
№ 685/98г 5 ч №646	Булочка с сыром... Пирожок печеный с курагой...	60 100	16.46 29.12	218 266.66	5.48 11	6.52 20	34.4 86.6
741/764/Л. №405,470, 406/М.	Ватрушка с творогом... Пирожок печ. сд. с яблоками...	75 100	27.86 20.78	202 92	9.22 1.82	5.48 2.04	29.18 16.62
№687/ 685/фарш	Пирожок печеный с мясом...	60	41.96	172	8.43	6.22	20.35
Гост31806- Акт	Корж... Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	100 145	42.40 111.07	286 388	4.89 15.62	8.43 12.28	47.68 53.5
Гост 31806-201 ту9115-001	Слойка с фруктовой начинкой... Хлебный батон...	90 50	68.64 4.60	286 116.9	7.6 3.78	3.7 1.09	53.5 16.5
Гост 58161-201	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный...	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
<b>Напитки</b>							
491/П.	Компот из ягод заморожен....	200	11.24	114.6	0.16	0.16	23.4
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... Чай с лимоном... Чай черный классический 2 гр./ пакет/с сах.... Чай зеленый 2 гр с сах. / пакет/... Чай фруктовый 2 гр с сах. / пакет/... Чай черный с Бергамотом 2 гр.с сах....	200 200/7 200/15 200/15 200/15 200/15	2.78 5.02 9.13 11.05 9.16 9.13	60 62 60 60 60 60	0.07 0.13 0.07 0.07 0.07 0.07	0.02 0.02 0.02 0.02 0.02 0.02	15 15.2 15 15 15 15

Ген. директор/Технолог

Калькулятор

Зав. производством