



**Меню на 20.02.2026**  
**Школа № 104**  
**(Комплексное питание)**



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

**Комплекс 5 Завтрак**

54-25м-202 0	Курица тушеная с морковью /филе/	90	49.62	113.76	7.39	11.8	3.9
171,302 /	Каша пшеничная	150	13.72	156	6.6	6.73	33.88
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	6.91	61.9	0.9	0.1	8.2
ТУ 9115-00	Хлебный батон	37	3.42	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>537</b>	<b>76.45</b>	<b>478.49</b>			

**Комплекс 6 Обед**

102/ М.	Суп картофельный с горохом	250	12.47	148.25	4.5	5.77	11.53
229 М	Рыба . тушеная в томате с овощами/минтай/	50/50	33.44	123	8.55	9.2	6.8
312 М	Картофельное пюре	150	28.58	137.25	4.06	4.8	22.43
47/ М	Салат из квашеной капусты	60	15.90	51.42	1.024	2.002	5.073
ТУ 9115-00	Хлебный батон	35	3.26	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						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16	23.4
<b>Итого комплекс 6:</b>		<b>815</b>	<b>107.03</b>	<b>709.966</b>			

**Комплекс 7 Завтрак**

54-25м-202 0	Курица тушеная с морковью /филе/	100	55.13	126.4	14.1	5.66	4.3
302/ М.	Каша пшеничная	180	16.46	275.4	7.92	6.88	34.45
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	100	11.52	42	1.5	0.166	8.66
ту 9115-00	Хлебный батон	46	4.24	108.3	3.6	0.92	13.01
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
<b>Итого комплекс 7:</b>		<b>626</b>	<b>90.13</b>	<b>612.1</b>			

**Комплекс 8 Обед**

102/ М.	Суп картофельный с горохом	250	12.47	148.25	4.5	5.77	11.53
229 М	Рыба . тушеная в томате с овощами/минтай/	50/50	33.44	123	8.55	9.2	6.8
312/М.	Картофельное пюре	180	34.30	188.4	3.67	5.76	24.516
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./	100/1/1	28.29	84	1.3	5	8
ту 9115-00	Хлебный батон	47	4.30	108.3	3.6	0.92	13.01
Гост	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16	23.4
<b>Итого комплекс 8:</b>		<b>899</b>	<b>126.18</b>	<b>815.166</b>			

Ген. директор/Технолог  Калькулятор

 Зав. производством 

**Меню на 20.02.2026**  
**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
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
57/ Л.	Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./...	100	24.00	98	3.2	7.8 3.2
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
<b>Первые блюда</b>						
102/ М.	Суп картофельный с горохом...	250	12.47	148.25	4.5	5.77 11.53
<b>Вторые блюда</b>						
377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/...	100	118.16	160	9.3	6.8 14.2
388Л.	Котлета рыбная /минтай /...	100	40.21	196	13	8.8 15.2
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	100	80.21	363.3	23	24.89 11.11
6/9/22 Акт конт. пр.	Люля из птицы /филе/...	100/20/5	69.49	248	15	14.2 14.4
№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
<b>Диетические</b>						
395 М.	Вареники с Адыг. сыром...	180/5	88.17	368	21.59	12.41 42.43
156,385/П	Овощи отварные с рисом припущ./заморож./...	200	56.69	195.8	5.4	5.2 29.6
366/Л	Запеканка творожная со сметаной...	100/20	96.26	239	15	13.3 13.7
<b>Гарниры</b>						
171,302 /	Каша пшеничная...	150	13.72	156	6.6	6.73 33.88
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
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89.49	306	4.35	15.75 30.3
<b>Мучные изделия</b>						
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
№413/М.	Пицца школьная...	100	52.83	299	9.89	16.25 28.3

№537/П./а кт контр.пр-к 747/ Л.	Пицца школьная Оригинальная /ветчина/...	110	78.92	241	10.4	10.9	25.4
№850 сб.1997г. 418 сб2017г.М	Хачапури имеретинские...	120	94.16	184.8	5.56	11.26	14.71
Акт конт. пр. 05.10.23 г.	Слойка с конфитюром...	100	25.75	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт. пр. 05.10.2 408/ф 457/М	Слойка с молоком сгущенным вареным/ шоколад.кокос/...	110	38.24	357	7.59	10.27	58.62
	Слойка с маковой начинкой...	120	32.00	333.3	3.17	11.79	50.72
	Пирожок печ. из пресного слоеного теста / филе ц/б/с кунжутом...	120	93.34	353.6	6.3	16.51	44.72
№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 " Матвеевский Кругляш "...	100	27.20	340	7.3	8.8	57.9
ТТК № 3 Акт 2026г. 741/764/Л.	Булочка с сыром...	60	16.46	218	5.48	6.52	34.4
№687/ 685/фарш	"Ореховая Гата"...	100	53.49	226	8.4	13.4	45.8
№ 685/98г 5 ч №646	Ватрушка с творогом...	75	27.86	202	9.22	5.48	29.18
№405,470, 406/М.	Пирожок печеный с мясом...	60	41.96	172	8.43	6.22	20.35
№572 сб.1973	Пирожок печеный с курагой...	100	29.12	266.66	11	20	86.6
Гост31806- Акт контр.прора	Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	20.78	92	1.82	2.04	16.62
Гост 31806-201	Сочни из песочного теста...	110	46.04	442.2	15.66	21.34	45.98
№685/699/ 725/1994г. ту9115-001	Корж...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
Гост 58161-201	Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	145	111.07	388	15.62	12.28	53.5
	Слойка с фруктовой начинкой...	90	68.64	286	7.6	3.7	53.5
	Кулебяка с кваш. капустой...	300	75.41	630	19.5	16.3	103.8
	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

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...	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

### Напитки и соки

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

Ген.директор/Технолог  Калькулятор

 Зав. производством 