



Меню на 11.03.2026
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	42.56	170	8.8	9.81	10.34
171,302 /	Каша пшеничная	150	13.72	156	6.6	5.53	33.88
78 сб2004 г	Икра свекольная	60	10.08	71.4	1.38	4.08	7.02
ТУ 9115-00	Хлебный батон	55	5.07	128.59	4.95	1.27	20.85
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 1:		562	76.45	587.99			

Комплекс 2 Завтрак

269,331 М	Котлеты особые /смет-том.соус/	100/20	65.36	200	9.7	13.1	10.3
302/ М.	Каша пшеничная	180	16.46	275.4	7.92	6.88	34.45
ТУ 9115-00	Хлебный батон	36	3.29	86.83	3.15	0.8	12
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 2:		543	90.13	624.23			

Комплекс 3 Обед

102 М.	Суп картофельный с горохом	200	9.98	78.6	3.39	8.59	11.53
288 М	Птица отварная /тушка/	100	54.76	288	8.69	5.82	0.5
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	1.3	2	4.1
ТУ9115-00	Хлебный батон	32	2.93	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 3:		762	107.03	824.456			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством



Меню на 11.03.2026 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	42.56	170	8.8	9.81	10.34
171,302 / Каша пшенная	150	13.72	156	6.6	5.53	33.88
78 сб2004 г Икра свекольная	60	10.08	71.4	1.38	4.08	7.02
ТУ 9115-00 Хлебный батон	55	5.07	128.59	4.95	1.27	20.85
375,376/М. Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 5:	562	76.45	587.99			
Комплекс 6 Обед						
102 М. Суп картофельный с горохом	200	9.98	78.6	3.39	8.59	11.53
288 М Птица отварная /тушка/	100	54.76	288	8.69	5.82	0.5
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	1.3	2	4.1
ТУ9115-00 Хлебный батон	32	2.93	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 6:	762	107.03	824.456			
Комплекс 7 Завтрак						
269,331 М Котлеты особые /смет-том.соус/	100/20	65.36	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	36	3.29	86.83	3.15	0.8	12
375,376/М. Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 7:	543	90.13	624.23			
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	54.76	288	8.69	5.82	0.5
202/ М. Макароны отварные	180	20.74	202.14	6.79	5.41	31.72
67/17 М. Винегрет овощ./зел. гор./		21.78	125.1	1.4	10.1	7.29
ТУ9115-00 Хлебный батон	20	1.79	46.76	1.57	0.2	9.32
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:	770	126.18	998.866			

Ген. директор/Технолог

Калькулятор

Зав. производством

Меню на 11.03.2026
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
95,612 /Л.	Рыба жарен. под маринад. минтай / филе/...	50/50	35.63	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
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
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	118.16	160	9.3	6.8	14.2
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	100	80.21	363.3	23	24.89	11.11
379/94	Эскалоп/свин./...	85	111.61	343.15	17.1	52.6	
Акт	Котлета нат.рублен.из	100	85.64	248	15	14.2	14.4
конт.пр.20.	птицы / филе/...						
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
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
156,385/П	Овощи отварные с рисом, припущ./заморож./...	200	56.69	195.8	5.4	5.2	29.6
№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	6.73	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	89.49	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
№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/... Сосиска запеч. в тесте...	110	78.92	241	10.4	10.9	25.4
№850 сб.1997г. 418 сб2017г.М	Хачапури имеретинские... Слойка с конфитюром...	55/50	49.69	228	9.6	13.84	26.9
Акт конт. пр. 05.10.2	Слойка с маковой начинкой...	120	94.16	184.8	5.56	11.26	14.71
Акт конт. пр. 05.10.23 г.	Слойка с молоком сгущенным вареным/ шоколад, кокос/...	100	25.75	333.3	3.17	11.79	50.72
№408.471/ 17 М.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем...	120	32.00	333.3	3.17	11.79	50.72
774/Л.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем...	110	42.38	357	7.59	10.27	58.62
ТТК № 3 766/Л. №738.758/ Л.	Булочка " Матвеевский Кругляш "... Булочка с сыром... Сдоба обыкновенная...	75	49.06	88	2.42	1.08	17.11
№ 685/98г 5 ч №646 №405,470, 406/М.	Пирожок печеный с курагой... Пирожок печ. сд. с яблоками...	100	32.64	340	7.3	8.8	57.9
741/764/Л. 408/ф 457/М	Ватрушка с творогом... Пирожок печ. из пресного слоеного теста / филе ц/б/с кунжутом...	100	16.46	218	5.48	6.52	34.4
Акт 2026г. №793Л. №572 сб.1973 Гост31806- Акт контр.прора Гост 31806-201 ту9115-001 Гост 58161-201	"Ореховая Гата"... Кекс столичный... Сочни из песочного теста... Корж... Круассан с ветчиной и сыром/пакет/... Слойка с фруктовой начинкой... Хлебный батон... Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный...	100 75 110 100 145 90 50 20	53.49 52.17 46.03 42.40 111.07 68.64 4.60 2.14	226 323 442.2 286 388 286 116.9 48.616	8.4 4.57 15.66 4.89 15.62 7.6 3.78 1.54	13.4 13.84 21.34 8.43 12.28 3.7 1.09 0.16	45.8 43.06 45.98 47.68 53.5 53.5 16.5 10.28
Напитки							
Акт контр. проработк 491/П.	Кисель из ягод заморожен.... Компот из ягод облепихи заморожен....	200 200	12.50 13.86	140 44	0.31 0.2		29.4 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