


  
**Меню на 07.04.2026**  
**Школа № 104**  
**(Комплексное питание)**

Наименование блюда		Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
<b>Комплекс 5 Завтрак</b>							
291/М.	Плов из птицы / филе/	40/160	57.49	298.66	11.71	14.58	26.45
139/М	Капуста тушеная	60	10.91	46.2	1.51	2.21	8.23
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
<b>Итого комплекс 5:</b>		<b>517</b>	<b>76.45</b>	<b>533.45</b>			
<b>Комплекс 6 Обед</b>							
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	31.30	150.5	12.28	15.16	4.42
312 М	Картофельное пюре	150	27.78	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
ТУ9115-00	Хлебный батон	30	2.81	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						
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
<b>Итого комплекс 6:</b>		<b>850</b>	<b>107.03</b>	<b>762.766</b>			
<b>Комплекс 7 Завтрак</b>							
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
ту 9115-00	Хлебный батон	43	3.94	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>543</b>	<b>90.13</b>	<b>511.15</b>			
<b>Комплекс 8 Обед</b>							
103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14.40	137	4.9	2.5	26
№ 229/М	Рыба . тушеная в томате с овощами/минтай/	40/60	28.80	150.5	12.78	16.46	4.42
312/М.	Картофельное пюре	180	33.34	188.4	3.67	5.76	24.516
78/2004г.	Икра свекольная	100	16.81	132	2.4	7.6	13
ту 9115-00	Хлебный батон	47	4.35	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						
495 П	Компот из смеси сухофруктов	200	6.98	132.8	0.66	0.09	22.01
338 М	Яблоко	110	19.36	51.7	0.4	0.44	10.78
<b>Итого комплекс 8:</b>		<b>1007</b>	<b>126.18</b>	<b>949.316</b>			

Ген. директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством



## Меню на 07.04.2026 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	11.71	14.58	26.45
139/М Капуста тушеная	60	10.91	46.2	1.51	2.21	8.23
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
<b>Итого комплекс 1:</b>	<b>517</b>	<b>76.45</b>	<b>533.45</b>			

### 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
<b>Итого комплекс 2:</b>	<b>543</b>	<b>90.13</b>	<b>502.95</b>			

### 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 . тушенная в томате с овощами/минтай/	45/45	31.30	150.5	12.28	15.16	4.42
312 М Картофельное пюре	150	27.78	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
ТУ9115-00 Хлебный батон	30	2.81	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						
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
<b>Итого комплекс 3:</b>	<b>850</b>	<b>107.03</b>	<b>762.766</b>			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством