



## Меню на 13.04.2026 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	13.27	50.4	3.25	4.13	
14 M	Масло слив.	10	16.00	66	0.08	4.25	0.13
175 M	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200	14.86	221.9	5.71	3.74	36.4
№209 M	Яйцо варен.	40	21.60	63	5.08	4.6	0.28
ТУ9115-00	Хлебный батон	62	5.70	116.9	3.94	0.5	20.85
375,376/M.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
<b>Итого комплекс 1:</b>		<b>529</b>	<b>76.45</b>	<b>580.2</b>			

### Комплекс 2 Завтрак

15/M.	Сыр полутвердый	15	20.22	54	3.48	4.43	
14 M	Масло слив.	10	16.00	66	0.08	4.25	0.13
175 M	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	250	22.31	277.3	7.1	4.6	51.5
№209 M	Яйцо варен.	40	21.60	63	5.08	4.6	0.28
ТУ 9115-00	Хлебный батон	54	4.98	128.59	4.95	1.27	20.85
375,376/M.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
<b>Итого комплекс 2:</b>		<b>576</b>	<b>90.13</b>	<b>650.89</b>			

### Комплекс 3 Обед

82/ M	Борщ с капустой и картофелем	250	14.61	106	2	5.4	13.1
№297.330/ M	Фрикадельки из птицы /филе/ с/см.	70/20	49.29	222.5	9.9	12.85	6.6
171,302м	Каша пшеничная	150	14.18	117.2	3.32	2.9	21.9
139/M	Капуста тушеная	60	10.91	46.2	3.41	2.21	12.23
ТУ 9115-00	Хлебный батон	54	4.94	128.59	4.95	1.27	20.85
г58161-201 8	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	10.96	114.6	0.16	0.16	20.4
<b>Итого комплекс 3:</b>		<b>824</b>	<b>107.03</b>	<b>783.706</b>			

Ген. директор/Технолог

*Дружинин*  
Калькулятор

*Сев*

Зав производством

*Иванов*



*А. Егорасва*

## Меню на 13.04.2026 Школа № 104 (Комплексное питание)

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
<b>Комплекс 5 Завтрак</b>						
15/2017 М Сыр п/твердый	10	13.27	50.4	3.25	4.13	
14 М Масло слив.	10	16.00	66	0.08	4.25	0.13
175 М Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200	14.86	221.9	5.71	3.74	36.4
№209 М Яйцо варен.	40	21.60	63	5.08	4.6	0.28
ТУ9115-00 Хлебный батон	62	5.70	116.9	3.94	0.5	20.85
375,376/М. Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
<b>Итого комплекс 5:</b>	<b>529</b>	<b>76.45</b>	<b>580.2</b>			
<b>Комплекс 6 Обед</b>						
82/ М Борщ с капустой и картофелем	250	14.61	106	2	5.4	13.1
№297.330/ М Фрикадельки из птицы /филе/ с/см.	70/20	49.29	222.5	9.9	12.85	6.6
171,302м Каша пшеничная	150	14.18	117.2	3.32	2.9	21.9
139/М Капуста тушеная	60	10.91	46.2	3.41	2.21	12.23
ТУ 9115-00 Хлебный батон	54	4.94	128.59	4.95	1.27	20.85
г58161-201 8 Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
491/П. Компот из ягод заморожен.	200	10.96	114.6	0.16	0.16	20.4
<b>Итого комплекс 6:</b>	<b>824</b>	<b>107.03</b>	<b>783.706</b>			
<b>Комплекс 7 Завтрак</b>						
15/М. Сыр полутвердый	15	20.22	54	3.48	4.43	
14 М Масло слив.	10	16.00	66	0.08	4.25	0.13
175 М Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	250	22.31	277.3	7.1	4.6	51.5
№209 М Яйцо варен.	40	21.60	63	5.08	4.6	0.28
ТУ 9115-00 Хлебный батон	54	4.98	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
<b>Итого комплекс 7:</b>	<b>576</b>	<b>90.13</b>	<b>650.89</b>			
<b>Комплекс 8 Обед</b>						
82/ М Борщ с капустой и картофелем	250	14.61	106	2	5.4	13.1
№297.330/ М Фрикадельки из птицы /филе/ с/см.	50/50	41.12	247.22	12.44	18.55	7.33
302/М. Каша пшеничная	180	17.02	265.5	7.56	5.45	46.62
75 с62017 Икра морковная	100	15.89	91.2	2.014	0.102	20.55
ТУ 9115-00 Хлебный батон	36	3.32	86.83	3.15	0.8	12
г58161-201 8 Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
491/П. Компот из ягод заморожен.	200	10.96	114.6	0.16	0.16	20.4
338/М. Яблоко	120	21.12	56.4	0.48	0.48	11.75
<b>Итого комплекс 8:</b>	<b>1006</b>	<b>126.18</b>	<b>1016.36</b>			

Ген.директор/Технолог

*Смирнова*

Калькулятор

*Сев!*

Зав производством

*Иванов*