



Меню на 21.04.2026

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	10.23
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
Итого комплекс 1:		517	76.45	533.45			

Комплекс 2 Завтрак

291/М	Плов из птицы / филе/	50/150	67.52	333.73	15.51	14.58	20.45
75 с62017	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
Итого комплекс 2:		543	90.13	502.95			

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 . 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
г58161-201	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
8	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
Итого комплекс 3:		850	107.03	762.766			

Ген. директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством



Меню на 21.04.2026
Школа № 104
(Комплексное питание)

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Комплекс 5 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	10.23
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
Итого комплекс 5:	517	76.45	533.45			
Комплекс 6 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
г58161-201 Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
8 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
Итого комплекс 6:	850	107.03	762.766			
Комплекс 7 Завтрак						
291/М Плов из птицы / филе/	50/150	67.52	333.73	15.51	14.58	20.45
75 с62017 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
Итого комплекс 7:	543	90.13	511.15			
Комплекс 8 Обед						
103/М Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14.40	137	4.9	2.5	26
№ 229/М Рыба . тушенная 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
г58161-201 Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
8 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
Итого комплекс 8:	1007	126.18	949.316			

Ген. директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

С. А. Бодарева *А. В. ...* *И. П. ...*