"Согласовано"
Директор
Подпись ФИО

# Меню на 05.10.2026
# Школа № 104
# (Комплексное питание)

| | Наименование блюда | Выход гр | Цена руб. | ЭЦ ккал | Белки | Жиры | Угле воды |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 1 Завтрак** | | | | | | | |
| 15/2017 М | Сыр п/твердый | 20 | 30.91 | 72 | 3.64 | 5.9 | |
| 175 М | Каша мол. из риса и пшена "Дружба" | 250 | 26.91 | 277.3 | 3.1 | 4.6 | 45.5 |
| №209 М | Яйцо варен. | 40 | 20.80 | 63 | 5.08 | 4.6 | 0.28 |
| ту 9115-00 | Хлебный батон | 43 | 4.56 | 108.3 | 3.6 | 0.92 | 13.01 |
| №379 сб 2017 | Кофейный напиток со св. молок. | 200 | 19.42 | 100.6 | 3.16 | 2.68 | 15.95 |
| | **Итого комплекс 1:** | 553 | 102.60 | 621.2 | | | |
| **Комплекс 2 Завтрак** | | | | | | | |
| 15/2017 М | Сыр п/твердый | 20 | 30.91 | 72 | 3.64 | 5.9 | |
| 175 М | Каша мол. из риса и пшена "Дружба" | 250 | 26.91 | 277.3 | 3.1 | 4.6 | 45.5 |
| №209 М | Яйцо варен. | 40 | 20.80 | 63 | 5.08 | 4.6 | 0.28 |
| ТУ9115-00 | Хлебный батон | 32 | 3.45 | 70.1 | 2.7 | 0.69 | 10.1 |
| 783.24г. | Чай фруктовый/ смородина/ | 200 | 7.85 | 35 | 0.3 | | 7.3 |
| 338 М | Яблоко | 170 | 31.82 | 80 | 0.68 | 0.68 | 14.96 |
| | **Итого комплекс 2:** | 712 | 121.74 | 597.4 | | | |
| **Комплекс 3 Обед** | | | | | | | |
| 82 М | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 11.93 | 83 | 1.44 | 3.94 | 12.75 |
| №297.330/ М | Фрикадельки из птицы /филе/ с/см. | 80/20 | 66.18 | 247.2 | 12.4 | 14.5 | 15.9 |
| 202/309 /М | Макароны отварные | 150 | 19.25 | 168.45 | 3.52 | 4.52 | 28.45 |
| 71 / М | Огурец свеж. | 60 | 15.15 | 17.82 | 0.42 | 0.06 | 0.42 |
| ту9115-001 | Хлебный батон | 51 | 5.38 | 116.9 | 3.78 | 1.09 | 16.5 |
| г58161-2018 | Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный | 20 | 2.14 | 45.98 | 1.12 | 0.22 | 9.88 |
| 491/П | Компот из ягод черная смородина заморожен. | 200 | 23.50 | 44 | 0.2 | 0.1 | 16.7 |
| | **Итого комплекс 3:** | 781 | 143.53 | 723.35 | | | |
| **Комплекс 4 Обед** | | | | | | | |
| 82/ М | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 14.81 | 106 | 2 | 5.4 | 13.1 |
| №297.330/ М | Фрикадельки из птицы /филе/ с/см. | 80/20 | 66.18 | 247.2 | 12.4 | 14.5 | 15.9 |
| 202/ М. | Макароны отварные | 180 | 23.11 | 202.14 | 6.6 | 5.41 | 31.72 |
| 150 П | Икра кабачковая | 100 | 38.15 | 118 | 1.9 | 8.9 | 7.7 |
| ТУ9115-00 | Хлебный батон | 23 | 2.43 | 58.45 | 2.25 | 0.575 | 8.75 |
| г58161-2018 | Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный | 20 | 2.14 | 45.98 | 1.12 | 0.22 | 9.88 |
| 491/П | Компот из ягод черная смородина заморожен. | 200 | 23.50 | 44 | 0.2 | 0.1 | 16.7 |
| | **Итого комплекс 4:** | 873 | 170.32 | 821.77 | | | |

Ген.директор/Технолог Калькулятор Зав производством

"Согласовано"
Директор
Подпись ФИО

# Меню на 05.10.2026
# Школа № 104
# (Комплексное питание)

| Наименование блюда | | Выход гр | Цена руб. | ЭЦ ккал | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Комплекс 5 Завтрак** | | | | | | | |
| 15/2017 М | Сыр п/твердый | 20 | 30.91 | 72 | 3.64 | 5.9 | |
| 175 М | Каша мол. из риса и пшена "Дружба" | 250 | 26.91 | 277.3 | 3.1 | 4.6 | 45.5 |
| №209 М | Яйцо варен. | 40 | 20.80 | 63 | 5.08 | 4.6 | 0.28 |
| ту 9115-00 | Хлебный батон | 43 | 4.56 | 108.3 | 3.6 | 0.92 | 13.01 |
| №379 сб 2017 | Кофейный напиток со св. молок. | 200 | 19.42 | 100.6 | 3.16 | 2.68 | 15.95 |
| | **Итого комплекс 5:** | 553 | 102.60 | 621.2 | | | |
| **Комплекс 6 Обед** | | | | | | | |
| 82 М | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 11.93 | 83 | 1.44 | 3.94 | 12.75 |
| №297.330/ М | Фрикадельки из птицы /филе/ с/см. | 80/20 | 66.18 | 247.2 | 12.4 | 14.5 | 15.9 |
| 202/309 /М | Макароны отварные | 150 | 19.25 | 168.45 | 3.52 | 4.52 | 28.45 |
| 71 / М | Огурец свеж. | 60 | 15.15 | 17.82 | 0.42 | 0.06 | 0.42 |
| ту9115-001 | Хлебный батон | 51 | 5.38 | 116.9 | 3.78 | 1.09 | 16.5 |
| г58161-2018 | Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный | 20 | 2.14 | 45.98 | 1.12 | 0.22 | 9.88 |
| 491/П | Компот из ягод черная смородина заморожен. | 200 | 23.50 | 44 | 0.2 | 0.1 | 16.7 |
| | **Итого комплекс 6:** | 781 | 143.53 | 723.35 | | | |
| **Комплекс 7 Завтрак** | | | | | | | |
| 15/2017 М | Сыр п/твердый | 20 | 30.91 | 72 | 3.64 | 5.9 | |
| 175 М | Каша мол. из риса и пшена "Дружба" | 250 | 26.91 | 277.3 | 3.1 | 4.6 | 45.5 |
| №209 М | Яйцо варен. | 40 | 20.80 | 63 | 5.08 | 4.6 | 0.28 |
| ТУ9115-00 | Хлебный батон | 32 | 3.45 | 70.1 | 2.7 | 0.69 | 10.1 |
| 783.24г. | Чай фруктовый/ смородина/ | 200 | 7.85 | 35 | 0.3 | | 7.3 |
| 338 М | Яблоко | 170 | 31.82 | 80 | 0.68 | 0.68 | 14.96 |
| | **Итого комплекс 7:** | 712 | 121.74 | 597.4 | | | |
| **Комплекс 8 Обед** | | | | | | | |
| 82/ М | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 14.81 | 106 | 2 | 5.4 | 13.1 |
| №297.330/ М | Фрикадельки из птицы /филе/ с/см. | 80/20 | 66.18 | 247.2 | 12.4 | 14.5 | 15.9 |
| 202/ М. | Макароны отварные | 180 | 23.11 | 202.14 | 6.6 | 5.41 | 31.72 |
| 150 П | Икра кабачковая | 100 | 38.15 | 118 | 1.9 | 8.9 | 7.7 |
| ТУ9115-00 | Хлебный батон | 23 | 2.43 | 58.45 | 2.25 | 0.575 | 8.75 |
| г58161-2018 | Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный | 20 | 2.14 | 45.98 | 1.12 | 0.22 | 9.88 |
| 491/П | Компот из ягод черная смородина заморожен. | 200 | 23.50 | 44 | 0.2 | 0.1 | 16.7 |
| | **Итого комплекс 8:** | 873 | 170.32 | 821.77 | | | |

Ген.директор/Технолог Калькулятор Зав производством