"Согласовано"
Директор
Подпись ФИО

Меню на 12.10.2026
Школа № 104
(Комплексное питание)

Наименование блюда		Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Комплекс 1 Завтрак							
14 М	Масло слив.	10	16.48	66	0.08	7.25	0.13
15/2017 М	Сыр п/твердый	20	30.91	72	3.64	5.9	
№173 М	Каша мол. из овсян. хл. геркулес	210	24.86	150	9.04	3.44	40.16
ТУ 9115-00	Хлебный батон	36	3.78	86.83	3.15	0.8	12
783.24г.	Чай фруктовый/ смородина/	200	7.85	35	0.3		7.3
338/М	Яблоко	100	18.72	47	0.4	0.4	9.8
	Итого комплекс 1:	576	102.60	456.83			
Комплекс 2 Завтрак							
14 М	Масло слив.	10	16.48	66	0.08	7.25	0.13
15/2017 М	Сыр п/твердый	20	30.91	72	3.64	5.9	
№173 М	Каша мол. из овсян. хл. геркулес	250	29.59	397.5	11.3	16.8	50.2
ту9115-001	Хлебный батон	48	5.09	116.9	3.78	1.09	16.5
783.24г.	Чай фруктовый/ смородина/	200	7.85	35	0.3		7.3
338/М.	Яблоко	170	31.82	79.9	0.68	0.68	16.66
	Итого комплекс 2:	698	121.74	767.3			
Комплекс 3 Обед							
82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.93	83	1.44	3.94	12.75
268/330 М.	Биточки / гов./ с соусом сметанным	70/50	82.53	333.8	10.5	15.04	10.82
171/302М	Каша гречневая	150	20.41	243.75	6.1	6.1	38.64
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
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5.99	46	0.16	0.16	20.88
	Итого комплекс 3:	801	143.53	887.25			
Комплекс 4 Обед							
82/ М	Борщ с капустой и картофелем	250	14.81	106	2	5.4	13.1
268/М.	Биточки / гов./соус смет.	80/50	92.96	289	15.76	15.28	13.09
302/М.	Каша гречневая	180	24.49	292.5	10.18	7.3	46.36
71М	Огурец свеж.	100	25.20	11	0.7	0.1	1.9
ту 9115-00	Хлебный батон	44	4.73	108.3	3.6	0.92	13.01
г58161-2018	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	2.14	45.98	1.12	0.22	9.88
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5.99	46	0.16	0.16	20.88
	Итого комплекс 4:	924	170.32	898.78			

Ген.директор/Технолог Калькулятор Зав производством

"Согласовано"
Директор
Подпись ФИО

Меню на 12.10.2026
Школа № 104
(Комплексное питание)

Наименование блюда		Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Комплекс 5 Завтрак							
14 М	Масло слив.	10	16.48	66	0.08	7.25	0.13
15/2017 М	Сыр п/твердый	20	30.91	72	3.64	5.9	
№173 М	Каша мол. из овсян. хл. геркулес	210	24.86	150	9.04	3.44	40.16
ТУ 9115-00	Хлебный батон	36	3.78	86.83	3.15	0.8	12
783.24г.	Чай фруктовый/ смородина/	200	7.85	35	0.3		7.3
338/М	Яблоко	100	18.72	47	0.4	0.4	9.8
	Итого комплекс 5:	576	102.60	456.83			
Комплекс 6 Обед							
82 М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.93	83	1.44	3.94	12.75
268/330 М.	Биточки / гов./ с соусом сметанным	70/50	82.53	333.8	10.5	15.04	10.82
171/302М	Каша гречневая	150	20.41	243.75	6.1	6.1	38.64
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
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5.99	46	0.16	0.16	20.88
	Итого комплекс 6:	801	143.53	887.25			
Комплекс 7 Завтрак							
14 М	Масло слив.	10	16.48	66	0.08	7.25	0.13
15/2017 М	Сыр п/твердый	20	30.91	72	3.64	5.9	
№173 М	Каша мол. из овсян. хл. геркулес	250	29.59	397.5	11.3	16.8	50.2
ту9115-001	Хлебный батон	48	5.09	116.9	3.78	1.09	16.5
783.24г.	Чай фруктовый/ смородина/	200	7.85	35	0.3		7.3
338/М.	Яблоко	170	31.82	79.9	0.68	0.68	16.66
	Итого комплекс 7:	698	121.74	767.3			
Комплекс 8 Обед							
82/ М	Борщ с капустой и картофелем	250	14.81	106	2	5.4	13.1
268/М.	Биточки / гов./соус смет.	80/50	92.96	289	15.76	15.28	13.09
302/М.	Каша гречневая	180	24.49	292.5	10.18	7.3	46.36
71М	Огурец свеж.	100	25.20	11	0.7	0.1	1.9
ту 9115-00	Хлебный батон	44	4.73	108.3	3.6	0.92	13.01
г58161-2018	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	2.14	45.98	1.12	0.22	9.88
486/ П	Компот из свеж. яблок	200	5.99	46	0.16	0.16	20.88
	Итого комплекс 8:	924	170.32	898.78			

Ген.директор/Технолог Калькулятор Зав производством