

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

Меню на 21.01.2026 Школа № 99 (Комплексное питание)

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
--------------------	-------------	--------------	------------	-------	------	--------------

Комплекс 5 Завтрак

54-23м/330 М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус смет.	60/30	43.04	171	9.04	8.2	10.69
171/302 М	Каша гречневая	150	16.86	203.75	3.6	6.1	21.18
139/М	Капуста тушеная	60	10.91	46.2	1.81	2.21	11.83
ТУ9115-00	Хлебный батон	31	2.86	70.1	2.7	0.69	10.1
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 5:		531	76.45	551.05			

Комплекс 6 Обед

103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14.40	137	4.9	2.5	26
256/М	Мясо тушеное/ свинина/	45/45	47.90	204.5	9.52	17.65	2.3
171/302 М	Каша ячневая	150	12.52	122.5	4.8	4.4	25.8
149 П	Огурец соленый	60	18.65	6.6	0.48	0.06	1.02
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.44	116.9	3.78	1.09	16.5
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
Итого комплекс 6:		818	107.03	768.916			

Комплекс 7 Завтрак

54-23м/330 М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	44.79	233	6.04	9.33	11.88
302/М.	Каша гречневая	180	20.23	292.5	10.18	7.34	29.37
75 /М.	Икра свекольная	100	16.56	13.93	2.4	7.6	13
ту9115-001	Хлебный батон	38	3.53	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 7:		625	90.13	701.53			

Комплекс 8 Обед

103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14.40	137	4.9	2.5	26
256/М.	Мясо тушеное/ свинина/	50/50	53.17	305	10.58	18.17	7.56
302/ 2017	Каша ячневая	190	15.86	155.16	6.08	5.57	32.68
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./	100/1/1	28.29	84	1.3	5	8
ТУ9115-00	Хлебный батон	58	5.34	116.9	3.94	0.5	48.3
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
Итого комплекс 8:		920	126.18	979.476			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав. производством

Меню на 21.01.2026

Школа № 99

(Комплексное питание)

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
--------------------	-------------	--------------	------------	-------	------	--------------

Комплекс 1 Завтрак

54-23м/330 М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус смет.	60/30	43.04	171	9.04	8.2	10.69
171/302 М	Каша гречневая	150	16.86	203.75	3.6	6.1	21.18
139/М	Капуста тушеная	60	10.91	46.2	1.81	2.21	11.83
ТУ9115-00	Хлебный батон	31	2.86	70.1	2.7	0.69	10.1
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 1:		531	76.45	551.05			

Комплекс 2 Завтрак

54-23м/330 М.	Котлеты руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	44.79	233	6.04	9.33	11.88
302/М.	Каша гречневая	180	20.23	292.5	10.18	7.34	29.37
75 /М.	Икра свекольная	100	16.56	13.93	2.4	7.6	13
ту9115-001	Хлебный батон	38	3.53	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 2:		625	90.13	701.53			

Комплекс 3 Обед

103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14.40	137	4.9	2.5	26
256/М	Мясо тушеное/ свинина/	45/45	47.90	204.5	9.52	17.65	2.3
171/302 М	Каша ячневая	150	12.52	122.5	4.8	4.4	25.8
149 П	Огурец соленый	60	18.65	6.6	0.48	0.06	1.02
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.44	116.9	3.78	1.09	16.5
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
Итого комплекс 3:		818	107.03	768.916			

Комплекс 4 Обед

103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	14.40	137	4.9	2.5	26
256/2017М	Мясо тушеное/ свинина/	40/60	44.27	227.44	10.57	18.39	4.78
302/ 2017	Каша ячневая	190	15.86	155.16	6.08	5.57	32.68
	Хлебный батон	70	6.48				
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
Итого комплекс 4:		830	90.13	701.016			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано"

Директор

Подпись ФИО

Меню на 21.01.2026 Школа № 99



Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
--------------------	-------------	--------------	------------	-------	------	--------------

Холодные блюда

№6/Л.	Б-д с колб." Сервелат Финский"...	20/25	25.05	139.5	4.77	7.43	13.34
5/294 М.	Гамбургер с котлетой из птицы /лист салата/пакет/...	190/1	74.72	362	19.44	11.72	44.46
95,612 /Л.	Рыба жарен. под маринад. минтай /филе/...	50/50	34.35	173	5.8	8.3	14.83
572/2002	Салат овощной с мясом /филе сол.ог./...	100/1	42.74	115.3	5.7	6.2	7.48
67/ М.	Винегрет овощ./зел. гор., лист сал.,зел./...	100/1/1	23.55	125.1	1.4	10.1	7.29
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./...	100/1/1	28.29	84	1.3	5	8
75 /М.	Икра свекольная /зел. лист сал./...	100/1/1	18.32	13.93	2.4	7.6	13
17/ Л.	Салат из соленых огурцов с луком...	100	31.54	104	0.12	12.9	2.4
450/П.	Желе из сока Нектар фруктовый...	200	24.60	65.1	2.69	0.04	13.61
450/452/П.	Желе из молока и сока плодового...	200	33.33	79.1	3.645	0.965	14
338 /М	Яблоко...	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
338/М.	Мандарины...	100	40.00	38	0.8	0.2	7.5
338/М.	Апельсины...	100	36.80	43	0.9	0.2	8.1
629/Л.	Лимон с сахаром...	30/10	10.72	67.6	8.26	0.04	15.48
674 /Л.	Яблоки печеные...	75	19.06	120.7	0.22	0.15	30.1

Первые блюда

103 М.	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./...	250	14.40	137	4.9	2.5	26
--------	------------------------------------	-----	-------	-----	-----	-----	----

Вторые блюда

54-23м/330 М.	Котлеты руб. из птицы /филе/...	100	63.05	168.5	19.2	4.26	13.46
496/ Л.	Котлета из филе птицы паниров. жарен....	90	72.87	327	20.7	22.4	10
6/9/22 Акт конт. пр.	Люля из птицы /филе/...	100/20/5	70.08	248	15	14.2	14.4
Акт кон.прор.о т 07.09.22г.	Отбивная нат.школьная с сыром из птицы/томат/...	110	118.09	103.78	24.2	23.8	14
№377 /Л.	Рыба жареная / минтай филе/...	100	53.63	146	15.2	7.54	4.27
293 /М.	Птица жареная/ бедро/...	100	69.12	184	24.18	17.09	0.04
293 М	Птица жареная/голень/...	100	70.26	184	24.18	17.09	0.04
№392.М.	Пельмени отварные...	200/20	111.66	352	19.6	13	37.2

Диетические

№279.331/ М.	Тефтели 2 вариант соус см.том./гов./...	60/40	54.70	223	6.96	16.11	11.61
291/М.	Плов из птицы / филе/...	50/150	68.06	333.73	10.514	13.95	20.45
156,385/П	Овощи отварные с рисом припущ./заморож./...	200	56.69	195.8	5.4	5.2	29.6
156/П	Овощи отварные/фасоль стручковая/...	100	48.49	75	3	2.6	10
362Л.	Пудинг из творога со сметаной...	100/20	88.31	237	13.4	10.9	20.7

Гарниры

171/302 М	Каша гречневая...	150	16.86	203.75	3.6	6.1	21.18
147 /М.	Картофель жаренный в кожуре/пакет/...	150	89.46	306	4.35	15.75	30.3

Мучные изделия

398 /М.	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом...	110/5	57.98	384	4.4	8.47	64.2
№397 /М.	Блинчики с маслом...	60/3	31.84	148.8	3.18	6.06	19.8
№537/П./а	Пицца школьная	110	78.92	241	10.4	10.9	25.4
кт	Оригинальная						
контр.пр-к	/ветчина/...						
№413/М.	Пицца школьная...	100	52.83	299	9.89	16.25	28.3
747/ Л.	Сосиска запеч. в тесте...	55/50	49.69	228	9.6	13.84	26.9
№850	Хачапури	75	58.86	346	13.9	28.17	36.78
сб.1997г.	имеретинские...						
566/1973	Слойка с марципаном/ помадка шок. сах. /...	100	37.34	426	7.9	10.2	58.6
Акт конт.	Слойка с маковой	120	32.00	333.3	3.17	11.79	50.72
пр. 05.10.2	начинкой...						
774/Л.	Булочка сдобная с помадой /шок. сах./...	100	22.82	340	7.3	8.8	57.9
ТТК № 3	Булочка с сыром...	60	16.46	218	5.48	6.52	34.4
766/Л.	Сдоба обыкновенная...	100	17.56	262	7.76	4.72	47.1
685	Пирожок печеный с картофелем...	60	10.46	153	3.91	4.7	23.75
,723,687 /9							
№405,470,	Пирожок печ. сд. с	100	20.78	92	1.82	2.04	16.62
406/М.	яблоками...						
Гост31806-	Корж...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
Акт	Круассан с ветчиной и	145	110.94	388	15.62	12.28	53.5
контр.прора	сыром/пакет/...						
Гост	Слойка с фруктовой	90	68.64	286	7.6	3.7	53.5
31806-201	начинкой...						
ту9115-001	Хлебный батон...	50	4.60	116.9	3.78	1.09	16.5
Гост	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный...						

Напитки

495 П	Компот из смеси сухофруктов...	200	6.98	132.8	0.66	0.09	22.01
375,376/М/	Чай с сахаром...	200	2.78	60	0.07	0.02	15
375,376/М.	Чай с лимоном...	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
	Чай черный	200/15	9.13	60	0.07	0.02	15
	классический 2 гр./ пакет/с сах....						
	Чай зеленый 2 гр с сах. / пакет/...	200/15	11.05	60	0.07	0.02	15
	Чай черный с Бергамотом 2 гр.с сах....	200/15	9.13	60	0.07	0.02	15

Напитки и соки

707/ Л.	Сок фруктовый "	200	35.00	88			
	Мой" 0,200...						
Гост	Вода питьевая 0,5	1шт.	36.25				
28188-201	без/газа...						

Ген.директор/Технолог



Калькулятор



Зав производством

