

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

МБОУ
Школа № 99

Меню на 29.01.2026 Школа № 99 (Комплексное питание)

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

Комплекс 1 Завтрак

№327/201 7 54-2т-20	Запеканка из творога с морков. с соус. мол.	130/40	52.30	344.43	17.71	19.78	48.6
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.77	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
338 /М	Яблоко	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
Итого комплекс 1:		511	76.45	551.53			

Комплекс 2 Завтрак

№327/201 7 54-2т-20	Запеканка из творога с морков. с соус. мол.	150/50	60.94	492.4	17.71	16.78	55.6
ту9115-001	Хлебный батон	52	4.81	116.9	3.78	1.09	16.5
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
338 М	Яблоко	110	19.36	51.7	0.4	0.44	10.78
Итого комплекс 2:		569	90.13	723			

Комплекс 3 Обед

88 М	Щи из св. капусты с картофелем	200	11.62	71.8	1.41	3.96	8.2
278/331 М	Тефтели мясные/ соус см.том/(1 вар.)	60/30	38.88	222.5	9.2	11.7	5.49
310 М	Картофель отварной	150	27.56	148	5.1	4.92	28.01
139/М	Капуста тушеная	60	10.91	46.2	3.21	2.21	10.83
ту9115-001	Хлебный батон	51	4.68	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						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16	17.88
Итого комплекс 3:		771	107.03	768.616			

Комплекс 4 Обед

88/17М.	Щи из св. капусты с картофелем	250	14.53	89.75	2	4.3	10
278/331 М	Тефтели мясные соус см.том. (1 вар.)	80/40	51.87	247.2	12.44	18.55	7.33
302/ 2017	Каша ячневая	180	15.02	246.4	5.51	8.87	33.7
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.79	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						
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 4:		811	90.13	808.866			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано"

Директор

Подпись



Меню на 29.01.2026 Школа № 99 (Комплексное питание)

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

Комплекс 5 Завтрак

№327/201 7 54-2т-20	Запеканка из творога с морков. с соус. мол.	130/40	52.30	344.43	17.71	19.78	48.6
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.77	100.1	3.2	0.92	13.01
375,376/М/	Чай с сахаром	200	2.78	60	0.07	0.02	15
338 /М	Яблоко	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
Итого комплекс 5:		511	76.45	551.53			

Комплекс 6 Обед

88 М	Щи из св. капусты с картофелем	200	11.62	71.8	1.41	3.96	8.2
278/331 М	Тефтели мясные/ соус см.том/(1 вар.)	60/30	38.88	222.5	9.2	11.7	5.49
310 М	Картофель отварной	150	27.56	148	5.1	4.92	28.01
139/М	Капуста тушеная	60	10.91	46.2	3.21	2.21	10.83
ту9115-001	Хлебный батон	51	4.68	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						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16	17.88
Итого комплекс 6:		771	107.03	768.616			

Комплекс 7 Завтрак

№327/201 7 54-2т-20	Запеканка из творога с морков. с соус. мол.	150/50	60.94	492.4	17.71	16.78	55.6
ту9115-001	Хлебный батон	52	4.81	116.9	3.78	1.09	16.5
375,376/М.	Чай с лимоном	200/7	5.02	62	0.13	0.02	15.2
338 М	Яблоко	110	19.36	51.7	0.4	0.44	10.78
Итого комплекс 7:		569	90.13	723			

Комплекс 8 Обед

88/17М.	Щи из св. капусты с картофелем	250	14.53	89.75	2	4.3	10
№278 .331 сб.М.	Тефтели мясные/соус см.том./(1 вариант)	60/40	40.73	222.5	11.2	16.7	16.6
518/2004	Картофель отварной	180	33.17	199.8	3.6	7.38	29.16
150 П	Икра кабачковая	60	20.26	70.8	1.14	0.34	9.62
ту9115-001	Хлебный батон	45	4.11	100.1	3.2	0.92	13.01
Гост	Хлеб /йодир./	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201	ржано-пшеничный						
491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.24	114.6	0.16	0.16	17.88
Итого комплекс 8:		855	126.18	846.166			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

МБОУ

«Школа № 99»

Меню на 29.01.2026 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
67/ М. Винегрет овощ./зел. гор., лист сал./зел./...	100/1/1	23.55	125.1	1.4	10.1	7.29
572/2002 Салат овощной с мясом /филе сол.ог./...	100/1	42.74	115.3	5.7	6.2	7.48
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
57/ Л. Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./...	100	24.00	98	3.2	7.8	3.2
17/ Л. Салат из соленых огурцов с луком...	100	31.54	104	0.12	12.9	2.4
19/Л. Салат из свежих помидор/зелень/...	100	27.31	77.7	1	6.11	4.57
338 /М Яблоко...	100	17.60	47	0.4	0.4	8.8
338/М. Апельсины...	100	36.80	43	0.9	0.2	8.1
338/М. Мандарины...	100	40.00	38	0.8	0.2	7.5
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						
88/17М. Щи из св. капусты с картофелем...	250	14.53	89.75	2	4.3	10
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
Акт отрабо. 07.09.2022г. Отбивная нат.школьная с сыр из ф.птицы/помид./...	110	121.62	252.2	24.2	23.8	14
293 /М. Птица жареная/ бедро/...	100	69.12	184	24.18	17.09	0.04
293 М Птица жареная/голени/...	100	70.26	184	24.18	17.09	0.04
№392.М. Пельмени отварные...	200/20	111.66	352	19.6	13	37.2
№486/Л. Голубцы /соус смет. томат./...	85/50	73.03	162	10.7	9.59	8.71
№377 /Л. Рыба жареная / минтай филе/...	100	53.63	146	15.2	7.54	4.27
Диетические						
291/М. Плов из птицы / филе/...	50/150	68.06	333.73	10.514	13.95	20.45
241/сб.201 7 г Мясо говядина отварное...	50	113.00	88.5	15.65	2.95	
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

Гарниры

310 М	Картофель отварной...	150	27.56	148	5.1	4.92	28.01
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 кт контр.пр-к	Пицца школьная Оригинальная /ветчина/...	110	78.92	241	10.4	10.9	25.4
№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 сб.1997г.	Хачапури имеретинские...	75	58.86	346	13.9	28.17	36.78
418 сб2017г.М	Слойка с конфитюром...	100	25.75	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт. пр. 05.10.23 г.	Слойка с молоком сгущенным вареным/ шоколад.кокос/...	110	38.60	357	7.59	10.27	58.62
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
774/Л.	Булочка сдобная с помадой /ванильной/...	100	22.82	340	7.3	8.8	57.9
№738.758/ Л.	Пирожок печен.с капустой...	60	13.83	132	3.9	3.26	20.76
№685,№68 7,№734 сб.	Пирожок печеный с творогом...	60	24.15	124.8	7.38	4.38	23.34
741 Л.	Ватрушка с конфитюром...	75	24.34	253	4.97	9.2	39.6
Гост31806- Акт	Корж...	100	42.40	286	4.89	8.43	47.68
контр.прора	Круассан с ветчиной и сыром/пакет/...	145	110.94	388	15.62	12.28	53.5
Гост 31806-201	Слойка с фруктовой начинкой...	90	68.64	286	7.6	3.7	53.5
ту9115-001	Хлебный батон...	50	4.60	116.9	3.78	1.09	16.5
Гост 58161-201	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный...	20	2.14	48.616	1.54	0.16	10.28

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 классический 2 гр./ пакет/с сах....	200/15	9.13	60	0.07	0.02	15
	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

Ген.директор/Технолог



Калькулятор



Зав производством

