



**Меню дополнительного питания  
на 26 ноября 2022г.**

**Школа № 43**

|                                       | <b>Масса порции</b> | <b>Калорийность порции</b> | <b>Цена</b> |
|---------------------------------------|---------------------|----------------------------|-------------|
| <b>Завтрак:</b>                       |                     |                            |             |
| Каша жидкая молочная из риса с маслом | 250                 | 327,16                     | 41-06       |
| <b>Выпечка</b>                        |                     |                            |             |
| Сосиска в тесте                       | 50/50               | 239,0                      | 38-12       |
| Пицца «Школьная»                      | 100                 | 239,0                      | 40-30       |
| Пирожное «Мелодия»                    | 100                 | 380,0                      | 42-00       |
| Пирожное «Альберта»                   | 100                 | 380,0                      | 42-00       |
| Пирожное «Полет»                      | 100                 | 418,0                      | 42-00       |
| Кекс «Львовский» глазирован. с маком  | 100                 | 347,2                      | 38-00       |
| <b>Обед:</b>                          |                     |                            |             |
| <b>Первые блюда:</b>                  |                     |                            |             |
| Суп картофельный с рисовой крупой     | 250                 | 179,13                     | 27-47       |
| Птица отварная для 1 блюд             | 5                   | 1,95                       | 3-63        |
| <b>Вторые блюда:</b>                  |                     |                            |             |
| Поджарка из рыбы                      | 110                 | 147,0                      | 71-13       |
| <b>Гарниры:</b>                       |                     |                            |             |
| Капуста тушёная                       | 180                 | 133,92                     | 30-43       |
| <b>Напитки:</b>                       |                     |                            |             |
| Кофейный напиток с молоком            | 200                 | 90,0                       | 30-96       |
| Кисель из концентратов                | 200                 | 117,0                      | 8-65        |
| Сок в ассортименте (1 пачка)          | 200                 | 92,0                       | 28-00       |
| Вода «Tri vi»                         | 500                 |                            | 38-00       |
| Груша                                 | 100                 | 52,0                       | 24-15       |

Директор:  
Зав. пр-вом:

Калькулятор:





Согласовано  
Директор школы:



Меню-раскладка на 26 ноября 2022г.  
По перспективному меню 12 день  
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 43

**Завтрак:**

|   | Выход | Цена   | Б     | Ж     | У     | Э/ц    | В1   | В2   | С     | А   | Са    | Р     | Mg    | Fe   | К      |
|---|-------|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|-----|-------|-------|-------|------|--------|
| Каша жидкая молочная из риса с маслом (рец.т/т/к) | 250   | 41-06  | 8,64  | 13,14 | 28,99 | 327,16 | 0,21 | 0,31 | 16,85 | 155 | 176,1 | 77,66 | 24,34 | 1,31 | 145,86 |
| Мучное изделие                                    | 100   | 23-23  | 7,556 | 6,56  | 7,96  | 117,14 | 0,02 | 0,01 | 0     | 50  | 31,5  | 21,34 | 13,06 | 0,7  | 78,98  |
| Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)           | 200   | 30-96  | 3,5   | 2,5   | 21,0  | 90,0   | 0,02 | 0,07 | 0,65  | 10  | 60,4  | 45,0  | 7,0   | 0,09 | 73,6   |
| Хлеб пшеничный - йодированный                     | 45    | 5-83   | 2,8   | 0,8   | 37,8  | 145,7  | 0,1  | 0,01 | 0     | 10  | 32,0  | 156,0 | 30,6  | 2,4  | 1,56   |
| Расчётная цена:                                   | 555   | 101-08 | 22,5  | 23,0  | 95,75 | 680,0  | 0,35 | 0,4  | 17,5  | 225 | 300,0 | 300,0 | 75,0  | 4,5  | 300,0  |
| Итого:  |       | 100-00 |       |       |       |        |      |      |       |     |       |       |       |      |        |

**Обед:**

|  |     |        |      |       |        |        |       |      |       |     |        |       |       |      |        |
|--|-----|--------|------|-------|--------|--------|-------|------|-------|-----|--------|-------|-------|------|--------|
| Салат «Витаминный» (рец. т/т/к)              | 100 | 12-56  | 1,6  | 4,0   | 8,9    | 81,7   | 0,025 | 0,03 | 0,5   | 0   | 7,4    | 16,6  | 4,98  | 0,78 | 29,15  |
| Суп картофельный с рисовой крупой (р. т/т/к) | 250 | 27-47  | 7,55 | 7,14  | 24,1   | 179,13 | 0,115 | 0,1  | 0,17  | 135 | 16,62  | 53,9  | 5,76  | 0,77 | 161,1  |
| Птица отварная для 1 блюд (рец. т/т/к)       | 5   | 3-63   | 0,36 | 0,06  | 0      | 1,95   | 0,01  | 0,15 | 0,04  | 0   | 1,26   | 25,78 | 1,59  | 0,03 | 31,6   |
| Поджарка из рыбы (рец. т/т/к)                | 110 | 71-13  | 8,24 | 10,85 | 7,3    | 147,0  | 0,085 | 0,14 | 3,44  | 100 | 131,11 | 17,1  | 19,87 | 0,87 | 194,84 |
| Капуста тушёная (рец. т/т/к)                 | 180 | 30-43  | 7,21 | 8,65  | 10,7   | 133,92 | 0,015 | 0,12 | 3,59  | 0   | 79,11  | 76,98 | 17,26 | 0,42 | 0      |
| Кисель из конц. на плод. или ягодных экстр.  | 200 | 8-65   | 0,1  | 0     | 35,0   | 117,0  | 0     | 0,01 | 0,77  | 0   | 9,4    | 23,24 | 5,2   | 0,05 | 0      |
| Хлеб пшеничный - йодированный                | 50  | 6-48   | 2,8  | 0,8   | 37,8   | 145,7  | 0,1   | 0,01 | 0     | 10  | 32,0   | 156,0 | 30,6  | 2,4  | 1,56   |
| Хлеб ржано - пшеничный                       | 70  | 8-25   | 3,64 | 0,7   | 10,25  | 145,6  | 0,14  | 0    | 15,99 | 70  | 143,1  | 50,4  | 19,74 | 0,98 | 1,75   |
| Расчётная цена:                              | 965 | 168-60 | 31,5 | 32,2  | 134,05 | 952,0  | 0,49  | 0,56 | 24,5  | 315 | 420,0  | 420,0 | 105,0 | 6,3  | 420    |
| Итого:                                       |     | 160-00 |      |       |        |        |       |      |       |     |        |       |       |      |        |

**Полдник:**

|                   |     |        |     |     |      |       |      |      |      |    |       |       |      |      |       |
|-------------------|-----|--------|-----|-----|------|-------|------|------|------|----|-------|-------|------|------|-------|
| Сок               | 200 | 15-90  | 0   | 0   | 17,4 | 90,0  | 0    | 0    | 1,8  | 0  | 16,0  | 14,0  | 10,0 | 0,2  | 89,4  |
| Крендель сахарный | 75  | 20-54  | 8,6 | 9,2 | 11,9 | 155,7 | 0,12 | 0,14 | 1,02 | 80 | 67,61 | 62,0  | 7,0  | 1,19 | 14,95 |
| Груша             | 263 | 63-56  | 0,4 | 0   | 9,0  | 26,3  | 0,02 | 0,02 | 4,18 | 10 | 36,39 | 44,0  | 13,0 | 0,41 | 15,65 |
| Итого :           | 538 | 100-00 | 9,0 | 9,2 | 38,3 | 272,0 | 0,14 | 0,16 | 7,0  | 90 | 120,0 | 120,0 | 30,0 | 1,8  | 120,0 |

Всего:

63,0 64,4 268,1 1904,0 0,98 1,12 49,0 630 840,0 840,0 210,0 12,6 840,0

Директор:  
Зав. пр-вом :  
Калькулятор:





Согласовано:  
Директор школы:



Меню-раскладка на 26 ноября 2022г.  
По перспективному меню 12 день  
Для обучающихся детей с 7-11 лет Школа № 43

**Завтрак:**

|   | Выход | Цена   | Б     | Ж     | У     | Э/ц    | В1   | В2   | С     | А   | Са    | Р     | Mg    | Fe   | К      |
|---|-------|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|-----|-------|-------|-------|------|--------|
| Каша жидкая молочная из риса с маслом (рец.т/т/к) | 200   | 40-63  | 5,95  | 10,05 | 24,55 | 263,8  | 0,16 | 0,26 | 14,35 | 115 | 157,5 | 61,0  | 17,96 | 0,29 | 121,17 |
| Мучное изделие                                    | 100   | 23-23  | 7,72  | 6,56  | 7,96  | 117,14 | 0,04 | 0,01 | 0     | 40  | 31,5  | 44,2  | 13,06 | 0,7  | 78,98  |
| Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)           | 200   | 30-96  | 3,5   | 2,5   | 21,0  | 90,0   | 0,02 | 0,07 | 0,65  | 10  | 60,4  | 45,0  | 7,0   | 0,09 | 73,6   |
| Хлеб пшеничный - йодированный                     | 40    | 5-18   | 2,08  | 0,64  | 30,24 | 116,56 | 0,08 | 0,01 | 0     | 10  | 25,6  | 124,8 | 24,48 | 1,92 | 1,25   |
| Расчётная цена:                                   | 540   | 100-00 | 19,25 | 19,75 | 83,75 | 587,5  | 0,3  | 0,35 | 15,0  | 175 | 275,0 | 275,0 | 62,5  | 3,0  | 275,0  |
| Итого:  |       | 100-00 |       |       |       |        |      |      |       |     |       |       |       |      |        |

**Обед:**

|  |     |        |       |       |        |        |      |       |       |     |        |       |       |       |        |
|--|-----|--------|-------|-------|--------|--------|------|-------|-------|-----|--------|-------|-------|-------|--------|
| Салат «Витаминный» (рец. т/т/к)                | 60  | 8-60   | 1,0   | 2,42  | 5,34   | 61,0   | 0,02 | 0,02  | 0,4   | 0   | 6,9    | 13,04 | 2,99  | 0,07  | 19,49  |
| Суп картофельный с рисовой крупой (рец. т/т/к) | 200 | 27-23  | 7,43  | 6,3   | 19,28  | 143,4  | 0,1  | 0,075 | 0,14  | 120 | 14,09  | 50,6  | 3,01  | 0,16  | 139,86 |
| Птица отварная для 1 блюдо (рец. т/т/к)        | 5   | 3-63   | 0,36  | 0,06  | 0      | 1,95   | 0,01 | 0,15  | 0,04  | 0   | 1,26   | 25,78 | 1,59  | 0,03  | 31,6   |
| Поджарка из рыбы (рец. т/т/к)                  | 100 | 71-00  | 7,08  | 9,79  | 5,79   | 127,55 | 0,08 | 0,117 | 3,22  | 65  | 129,08 | 16,2  | 17,15 | 0,61  | 191,24 |
| Капуста тушёная (рец. т/т/к)                   | 150 | 28-52  | 5,58  | 7,78  | 6,72   | 121,9  | 0,01 | 0,108 | 2,9   | 0   | 75,77  | 64,14 | 12,86 | 0,18  | 0      |
| Кисель из конц. на плод. или ягодных экстр.    | 200 | 8-65   | 0,1   | 0     | 35,0   | 117,0  | 0    | 0,01  | 0,77  | 0   | 9,4    | 23,24 | 5,2   | 0,052 | 0      |
| Хлеб пшеничный - йодированный                  | 50  | 6-48   | 2,8   | 0,8   | 37,8   | 145,7  | 0,1  | 0,01  | 0     | 10  | 32,0   | 156,0 | 30,6  | 2,4   | 1,56   |
| Хлеб ржано- пшеничный                          | 50  | 5-89   | 2,6   | 0,5   | 7,32   | 104,0  | 0,1  | 0     | 13,53 | 50  | 116,5  | 36,0  | 14,1  | 0,7   | 0      |
| Расчётная цена:                                | 815 | 160-00 | 26,95 | 27,65 | 117,25 | 822,5  | 0,42 | 0,49  | 21,0  | 245 | 385,0  | 385,0 | 87,5  | 4,2   | 385,0  |
| Итого:   |     | 160-00 |       |       |        |        |      |       |       |     |        |       |       |       |        |

**Полдник:**

|                   |     |        |      |      |       |        |      |      |      |     |       |       |       |      |       |
|-------------------|-----|--------|------|------|-------|--------|------|------|------|-----|-------|-------|-------|------|-------|
| Сок               | 200 | 15-90  | 0    | 0    | 17,4  | 90,0   | 0    | 0    | 1,8  | 0   | 16,0  | 14,0  | 10    | 0,2  | 89,4  |
| Крендель сахарный | 60  | 16-43  | 7,3  | 7,9  | 7,1   | 118,7  | 0,1  | 0,12 | 0,02 | 60  | 57,61 | 52,0  | 2,0   | 0,59 | 4,95  |
| Груша             | 280 | 67-67  | 0,4  | 0    | 9,0   | 26,3   | 0,02 | 0,02 | 4,18 | 10  | 36,39 | 44,0  | 13,0  | 0,41 | 15,65 |
| Итого :           | 540 | 100-00 | 7,7  | 7,9  | 33,5  | 235,0  | 0,12 | 0,14 | 6,0  | 70  | 110,0 | 110,0 | 25,0  | 1,2  | 110,0 |
| Всего:            |     |        | 53,9 | 55,3 | 234,5 | 1645,0 | 0,84 | 0,98 | 42,0 | 490 | 770,0 | 770,0 | 175,0 | 8,4  | 770,0 |

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Согласовано:

Директор школы:



**Меню дополнительного питания  
на 25 ноября 2022 г.**

**Школа № 43**

|                                      | <b>Масса порции</b> | <b>Калорийность порции</b> | <b>Цена порции</b> |
|--------------------------------------|---------------------|----------------------------|--------------------|
| <b>Завтрак:</b>                      |                     |                            |                    |
| Творожок                             | 100                 | 198,68                     | 76-80              |
| Рожки отварные с маслом              | 190                 | 241,48                     | 14-40              |
| <b>Выпечка:</b>                      |                     |                            |                    |
| Сосиска в тесте                      | 50/50               | 239,0                      | 38-12              |
| Пицца «Школьная»                     | 100                 | 239,0                      | 40-30              |
| Булочка домашняя                     | 100                 | 170,0                      | 28-24              |
| Пирожки печёные с капустой           | 85                  | 251,9                      | 19-91              |
| Пирожное «Мелодия»                   | 100                 | 380,0                      | 42-00              |
| Пирожное «Альберта»                  | 100                 | 380,0                      | 42-00              |
| Пирожное «Полет»                     | 100                 | 418,0                      | 42-00              |
| Кекс «Львовский» глазирован. с маком | 100                 | 347,2                      | 38-00              |
| <b>Обед:</b>                         |                     |                            |                    |
| <b>Первые блюда:</b>                 |                     |                            |                    |
| Борщ «Сибирский» со сметаной         | 250                 | 218,6                      | 20-57              |
| <b>Вторые блюда:</b>                 |                     |                            |                    |
| Птица тушёная в кисло-сладком соусе  | 100                 | 187,55                     | 74-53              |
| <b>Гарниры:</b>                      |                     |                            |                    |
| Гороховое пюре                       | 180                 | 148,68                     | 12-17              |
| <b>Напитки:</b>                      |                     |                            |                    |
| Чай с сахаром                        | 200                 | 65,0                       | 2-40               |
| Чай с сахаром с лимоном              | 200/6               | 65,0                       | 4-78               |
| Сок в ассортименте (1 пачка)         | 200                 | 90,0                       | 28-00              |
| Вода «Tri vi»                        | 350                 |                            | 38-00              |
| Бифилайф                             | 200                 | 98,0                       | 33-75              |
| Банан                                | 100                 | 52,0                       | 29-33              |

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



