

Согласовано:
Директор школы:



Фактическое меню на 06 мая 2024 г.
По основному меню 1 день
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 43

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рет.экв сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг	
Каша манная на молоке с маслом	200	34-99	7,35	11,97	25,97	246,8	0,18	0,18	0	112	90,8	96,21	12,22	0,33	140,71	
Сыр порциями	20	22-08	5,04	3,7	0	42,0	0	0,01	0,18	13	144,15	0	7,5	0,07	17,4	
Кондитерские изделия	40	30-00	3,86	3,28	3,98	88,0	0,02	0,15	0	40	0	13	6,94	0,2	78,68	
Чай с сахаром, с лимоном	207 (200/7)	6-09	0,2	0	16	65	0	0	12,82	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66	
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	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:	517	100-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3,0	275	
Обед :																
Ассорти из овощей	60	20-13	0,61	0,19	4,61	25,1	0	0	1,0	95	4,6	2,8	2,8	0,12	28,2	
Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	210 (200/10)	20-72	6,04	5,6	12,67	142,3	0,04	0,05	1,05	50	30,38	16,49	9,45	0,3	78,3	
Плов с мясом	180	96-21	14,22	20,56	15,63	288,9	0,18	0,32	2,25	20	96,52	173,71	16,34	0,18	124,69	
Компот из смеси сухофруктов	200	8-46	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	3,17	20	105	0	14,21	0,5	151	
Хлеб пшеничный йодированный	55	7-52	2,8	0,8	45,36	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56	
Хлеб ржано-пшеничный	56	6-96	2,6	0,5	7,32	104	0,1	0	13,53	50	116,5	36	14,1	0,7	1,25	
Расчётная цена :	761	160-00	26,95	27,65	115,81	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385	385	87,5	4,2	385	
Полдник :																
Сок	200	30-75	0	0	11,8	92	0	0	1,8	0	16	14	10	0,2	79,6	
Рулет с сыром	60	21-57	7,3	7,9	12,7	91,0	0,08	0,12	1,58	70	78,79	80,82	10,62	0,8	9,8	
Груша	130	47-68	0,4	0	9,0	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	20,6	
Итого:	390	100-00	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110	110	25	1,2	110	
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:

**Фактическое меню на 06 мая 2024 г.
По основному меню 1 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 43**

Завтрак:	Выход г	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К	
			г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг	
Каша манная на молоке с маслом	230	35-26	10,04	15,06	30,41	310,16	0,23	0,23	2,56	160	109,4	112,87	18,6	1,35	163,4	
Сыр порциями	20	22-08	5,04	3,7	0	42,0	0	0,01	0,18	13	144,15	0	7,5	0,07	17,4	
Кондитерские изделия	40	30-00	3,86	3,28	3,98	88,0	0,02	0,15	0	40	0	13	6,94	0,2	78,68	
Чай с сахаром, с лимоном	210 (200/10)	7-34	0,2	0	16	65	0	0	14,76	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66	
Хлеб пшеничный йодированный	60	8-21	3,36	0,96	45,36	174,84	0,1	0,01	0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,87	
Расчётная цена:	560	102-89	22,5	23	95,75	680	0,35	0,4	17,5	225	300	300	75	4,5	300	
Итого:		100-00														
Обед :																
Ассорти из овощей	100	26-54	1,02	0,32	7,32	41	0	0	1,245	130	5,75	4,7	3,2	0,15	29	
Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	260 (250/10)	21-54	7,0	7,0	13,32	151,9	0,04	0,05	1,3	50	30,53	16,49	12,81	0,37	88,3	
Плов с мясом	200	98-99	15,54	23,17	16,85	311,76	0,21	0,39	2,345	28	103,99	180,47	16,76	0,61	147,95	
Компот из смеси сухофруктов	200	8-46	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	3,17	20	105	0	14,21	0,5	151	
Хлеб пшеничный йодированный	70	9-58	3,36	0,96	55,36	174,84	0,1	0,01	0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,87	
Хлеб ржано-пшеничный	84	10-45	3,9	0,75	10,98	156	0,14	0	16,44	75	136,33	54	21,3	1,79	1,88	
Расчётная цена :	914	175-56	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	24,5	315	420	420	105	6,3	420	
Итого:		160-00														
Полдник :																
Сок	200	16-80	0	0	11,8	92	0	0	1,8	0	16	14	10	0,2	79,6	
Рулет с сыром	70	24-86	8,6	9,2	17,5	128	0,1	0,14	2,58	90	88,79	90,82	15,62	1,4	19,8	
Груша	150	58-34	0,4	0	9,0	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	20,6	
Итого:	420	100-00	9,0	9,2	38,3	272	0,14	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	120	
Всего :			63,0	64,4	268,1	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840	

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Меню дополнительного питания

на 06 мая 2024 г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
Завтрак:			
Каша манная на молоке с маслом	230	310,16	35-26
Сыр	20	42,0	22-08
Выпечка:			
Пицца «Купеческая»	115	354,0	50-81
Рулет с сыром	75	380,0	26-53
Пицца «Сырная»	115	242,0	40-01
Синнабоны	75	200,5	36-83
Пирожное «Мелодия»	100	380,0	49-50
Пирожное «Альберта»	100	380,0	49-50
Пирожное «Полет»	100	418,0	49-50
Пирожное «Муфточка»	100	380,0	43-50
Кекс «Львовский» глазирован. с маком	100	347,2	45-00
Кекс «Ночка»	100	347,2	43-50
Корж молочный	80	380,0	31-50
Обед:			
Первые блюда:			
Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	250/10	151,9	21-54
Вторые блюда:			
Плов с мясом	200	311,76	98-99
Напитки:			
Чай с сахаром и лимоном	200/10	65,0	7-34
Компот из смеси сухофруктов	200	116,5	8-46
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	92,0	30-75
Вода питьевая «Tri vi» (негазированная)	500		40-71
Груша	100	52,0	31-23

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Фактическое меню на 07 мая 2024 г.
По основному меню 2 день
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 43

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рет.экв сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Запеканка из творога с рисом	200	72-32	16,97	19,11	13,01	315,02	0,22	0,26	11,2	158	234,77	117,16	31,62	0,15	196,05
Соус шоколадный	60	18-78	0	0	24,5	90,92	0	0	1,2	9	6,58	7,65	1,16	0,93	41,04
Чай с сахаром	200	3-15	0,2	0	16,0	65,0	0	0,08	1,4	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	42	5-75	2,08	0,64	30,24	116,56	0,08	0,01	0	8	25,6	140,4	24,48	1,92	1,25
Расчётная цена:	502	100-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3,0	275
Обед :															
Салат «Пёстрый»	60	13-02	0,72	3,1	7,19	59	0,02	0,01	0,93	90	1,12	10,86	0,02	0,08	0,1
Борщ с карт., капуст. со сметаной	200	17-71	5,89	9,0	21,1	166,5	0,06	0,148	4,25	20	63,78	36,26	8,51	0,06	138,38
Рыба запечённая по-гречески	100	66-67	10,11	6,31	5,88	95,25	0,01	0,17	0,33	48	110,2	123,54	18,15	0,18	116,798
Картофельное пюре с маслом	150	30-63	4,27	7,78	18,6	132,91	0,13	0,15	0,16	25	39	0	0	0,1	47,0
Сок	200	16-80	0	0	11,8	90	0	0	1,8	0	16	14	10	0,2	79,6
Хлеб пшеничный йодированный	60	8-21	3,36	0,96	45,36	174,84	0,1	0,012	0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,872
Хлеб ржано-пшеничный	56	6-96	2,6	0,5	7,32	104	0,1	0	13,53	50	116,5	36	14,1	0,7	1,25
Расчётная цена :	826	160-00	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385	385	87,5	4,2	385
Полдник :															
Молоко (кипячённое)	200	30-57	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	1,15	30	82,36	79,92	14,99	0,7	45,6
Пирожок печён. с творогом	50	20-02	4,0	5,4	21,0	110,7	0,05	0,03	0,67	30	12,21	19,9	0,61	0,2	38,73
Банан	130	49-41	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10	15,43	10,18	9,4	0,3	25,67
Итого:	380	100-00	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110	110	25	1,2	110
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.



Фактическое меню на 07 мая 2024 г.

По основному меню 2 день

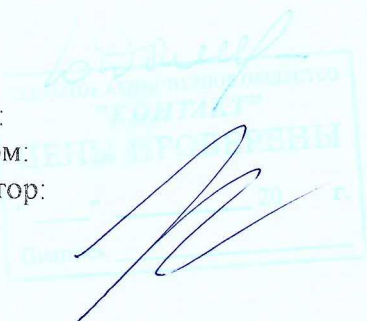
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 43

Завтрак:	Выход г	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К	
			г	г	г	ккал	мг	мг	мг	ред.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг	
Запеканка из творога с рисом	230	73-18	19,5	22,2	15,97	352	0,25	0,31	13,5	205	250,68	126,56	37,81	0,28	213,72	
Соус шоколадный	70	21-84	0	0	25,98	117,3	0	0	1,4	10	9,27	7,65	1,35	1,82	48,06	
Чай с сахаром	200	3-15	0,2	0	16	65	0	0,08	2,6	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66	
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56	
Расчётная цена:	550	105-01	22,5	23	95,75	680	0,35	0,4	17,5	225	300	300	75	4,5	300	
Итого:		100-00														
Обед :																
Салат «Пёстрый»	100	19-90	0,9	3,5	8,45	79	0,03	0,01	1,08	110	1,4	13,58	0,025	0,1	0,13	
Борщ с карт., капуст. со сметаной	250	19-71	6,56	11,05	27,38	187,42	0,06	0,18	4,63	25	67,73	44,08	10,645	0,08	155,65	
Рыба запечённая по-гречески	110	70-71	11,66	6,6	6,76	105,25	0,01	0,18	0,36	63	115,91	130	26,31	0,22	124,47	
Картофельное пюре с маслом	180	34-49	5,12	9,34	23,32	159,49	0,15	0,18	0,19	30	44,23	0	0	0,34	56,4	
Сок	200	16-80	0	0	11,8	90	0	0	1,8	0	16	14	10	0,89	79,6	
Хлеб пшеничный йодированный	65	8-89	3,36	0,96	45,36	174,84	0,1	0,01	0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,87	
Хлеб ржано-пшеничный	84	10-45	3,9	0,75	10,98	156	0,14	0	16,44	75	136,33	54	21,3	1,79	1,88	
Расчётная цена :	989	180-95	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	24,5	315	420	420	105	6,3	420	
Итого:		160-00														
Полдник :																
Молоко (кипячённое)	200	30-57	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	1,15	30	82,36	79,92	14,99	0,7	45,6	
Пирожок печён. с творогом	75	30-03	5,3	6,7	25,89	147,7	0,07	0,05	1,67	50	22,21	29,9	5,61	0,8	48,73	
Банан	120	39-40	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10	15,43	10,18	9,4	0,3	25,67	
Итого:	395	100-00	9,0	9,2	38,3	272	0,14	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	120	
Всего :			63,0	64,4	268,1	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840	

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:

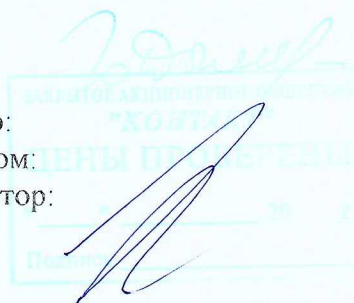


Меню дополнительного питания
на 07 мая 2024 г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
Завтрак:			
Запеканка из творога с рисом	230	352,0	73-18
Соус шоколадный	70	117,3	21-84
Выпечка:			
Пицца «Купеческая»	115	354,0	50-81
Рулет с сыром	75	380,0	26-53
Пицца «Сырная»	115	242,0	40-01
Синнабоны	75	200,5	36-83
Пирожки печёные с повидлом	85	251,9	22-08
Пирожное «Мелодия»	100	380,0	49-50
Пирожное «Альберта»	100	380,0	49-50
Пирожное «Полет»	100	418,0	49-50
Пирожное «Муфточка»	100	380,0	43-50
Кекс «Львовский» глазирован. с маком	100	347,2	45-00
Корж молочный	80	380,0	31-50
Трубочка со сгущённым молоком	180	420,0	75-00
Обед:			
Первые блюда:			
Борщ с карт, капустой со сметаной	250	187,42	19-71
Вторые блюда:			
Рыба, запечённая по-гречески	110	105,25	70-71
Гарниры:			
Картофельное пюре с маслом	180	159,49	34-49
Напитки:			
Чай с сахаром	200	65,0	3-15
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	101,0	30-75
Вода питьевая «Tri vi» (негазированная)	500		40-71
Молоко	200	98,0	30-57
Банан	100	52,0	31-48

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Фактическое меню на 08 мая 2024 г.
По основному меню 8 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
	г		г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Котлета «Пожарская»	90	75-09	12,02	14,74	3,5	133,8	0,02	0,18	0,24	90	155,95	25,21	4,12	0,45	129,78
Макаронные изделия отварные	190	11-76	5,63	4,61	38	293,85	0,18	0,16	0	75	91	104	18,54	0,15	107
Чай с шиповником	200	11-78	0,2	0	16	87,0	0	0	14,76	0	8,05	9,79	9,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	20	1-37	1,4	0,4	26,25	72,85	0,1	0,01	0	10	20	136	30,6	2,4	1,56
Расчётная цена:	500	100-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3,0	275
Обед :															
Салат «Витаминный»	60	16-25	1,0	2,42	5,34	61	0,02	0,02	2,74	0	6,9	13,04	2,99	0,07	19,49
Щи из св. капусты с птицей, со сметаной	205	23-81	7,79	6,36	19,28	145,35	0,11	0,23	0,18	120	15,35	85,78	4,6	0,19	69,46
(200/5)															
Поджарка из рыбы	100	75-09	10,08	9,79	5,79	127,55	0,08	0,12	0,88	65	129,8	16,2	17,15	0,61	91,24
Рис отварной	150	21-91	2,68	7,78	16,83	148,9	0,01	0,11	1,87	0	58,45	63,98	8,06	0,13	0
Компот из изюма	200	9-14	0	0	24,89	90	0	0	1,8	0	26	14	10	0,1	202
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	56	6-96	2,6	0,5	7,32	104	0,1	0	13,53	50	116,5	36	14,1	0,7	1,25
Расчётная цена :	821	160-00	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385	385	87,5	4,2	385
Полдник :															
Кисло молочная пищевая пр-ция	180	30-25	3,3	2,5	3,5	98	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86	5,83	0,19	41
Ватрушка с сыром	50	21-95	4	5,4	21	85	0,04	0,02	0,2	60	5,7	14	6,17	0,6	38
Банан	130	47-80	0,4	0	9,0	52	0,02	0,02	4,4	10	16,39	10	13	0,41	31
Итого:	360	100-00	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110	110	25	1,2	110
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:



**Фактическое меню на 08 мая 2024 г.
По основному меню 8 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 43**

Завтрак:	Выход г	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
			г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Котлета «Пожарская»	100	82-95	12,62	15	3,85	136,16	0,03	0,285	0,74	105	164,84	28,63	5,48	1,29	132,05
Макаронные изделия отварные	220	12-04	6,88	7,2	38,1	311,14	0,22	0,105	0	110	95,11	105,58	29,68	0,81	110
Чай с шиповником	200	11-78	0,2	0	16	87,0	0	0	14,76	0	8,05	9,79	9,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56
Расчётная цена:	570	113-61	22,5	23	95,75	680	0,35	0,4	15,5	225	300	300	75	4,5	300
Итого:		100-00													
Обед :															
Салат «Витаминный»	100	21-00	1,6	4	8,9	81,7	0,02	0,02	3,8	0	7,4	13,04	4,98	0,53	34,11
Щи из св. капусты с птицей, со сметаной	255 (250/5)	25-55	9,34	7,94	20,93	161,2	0,14	0,24	0,72	163	16,87	86,78	5,35	0,23	88,9
Поджарка из рыбы	100	75-09	10,08	9,79	5,79	127,55	0,08	0,12	0,88	65	129,8	16,2	17,15	0,61	91,24
Рис отварной	180	22-81	3,22	8,76	17,2	160,71	0,01	0,17	2,86	0	65,2	71,64	9,5	0,16	0
Компот из изюма	200	9-14	0	0	24,89	90	0	0	1,8	0	26	14	10	0,1	202
Хлеб пшеничный йодированный	60	8-21	3,36	0,96	45,36	174,84	0,1	0,01	0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,87
Хлеб ржано-пшеничный	84	10-45	3,9	0,75	10,98	156	0,14	0	16,44	75	136,33	54	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена :	979	172-25	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	26,5	315	420	420	105	6,3	420
Итого:		160-00													
Полдник :															
Кисло молочная пищевая пр-ция	200	33-61	3,3	2,5	3,5	98	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86	5,83	0,19	41
Ватрушка с сыром	75	29-54	5,3	6,7	25,8	122	0,06	0,04	1,2	80	15,7	24	11,17	1,2	48
Банан	120	36-85	0,4	0	9,0	52	0,02	0,02	4,4	10	16,39	10	13	0,41	31
Итого:	395	100-00	9,0	9,2	38,3	272	0,14	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	120
Всего :			63,0	64,4	268,1	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Меню дополнительного питания
на 08 мая 2024 г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
Завтрак:			
Котлета «Пожарская»	100	136,16	82-95
Макаронные изделия отварные	220	311,14	12-04
Выпечка:			
Пицца «Купеческая»	115	354,0	50-81
Рулет с сыром	75	380,0	26-53
Пицца «Сырная»	115	242,0	40-01
Синнабоны	75	200,5	36-83
Пирожное «Мелодия»	100	380,0	49-50
Пирожное «Альберта»	100	380,0	49-50
Пирожное «Полет»	100	418,0	49-50
Пирожное «Муфточка»	100	380,0	43-50
Кекс «Львовский» глазирован. с маком	100	347,2	45-00
Кекс «Ночка»	100	347,2	43-50
Обед:			
Первые блюда:			
Щи из св. капусты с птицей со сметаной	250	161,2	25-55
Вторые блюда:			
Поджарка из рыбы	100	127,55	75-09
Гарниры:			
Рис отварной	180	160,71	22-81
Напитки:			
Чай с шиповником	200	87,0	11-78
Чай с сахаром	200	65,0	3-15
Компот из изюма	200	90,0	9-14
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	90,0	30-75
Вода питьевая «Trí vi» (негазированная)	500		40-71
Кефир	200	98,0	33-61
Банан	100	52,0	31-48

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Фактическое меню на 10 мая 2024 г.
По основному меню 12 день
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 43

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рет.экв сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Печень запечённая	90	64-30	10,27	8,67	8,12	202,9	0,17	0,252	12,48	155	124,15	10,02	16,84	0,38	199,84
Рис отварной	160	14-70	2,68	7,78	16,83	148,9	0,01	0,018	1,87	0	58,45	63,98	8,06	0,13	0
Кофейный напиток с молоком	200	14-16	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	50	6-84	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:	500	100-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3,0	275
Обед :															
Салат «Морковный»	60	11-85	0,16	5,08	5,44	73,0	0	0	1,0	95	4,6	2,8	2,8	0,12	28,2
Рассольник со сметаной	200	23-36	5,49	7,7	15,5	144,39	0,02	0,22	1,39	0	52,7	81,35	4,94	0,36	16,51
Капуста тушёная с мясом	150	80-24	15,9	13,57	28,19	265,41	0,2	0,26	3,28	90	163,2	94,85	25,06	0,42	135,48
Сок	200	30-75	0	0	23,0	90,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	202,0
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	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	56	6-96	2,6	0,5	7,32	104,0	0,1	0	13,53	50	116,5	36,0	14,1	0,7	1,25
Расчётная цена :	716	160-00	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385	385	87,5	4,2	385
Полдник :															
Молоко (кипячённое)	200	30-57	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,7	45,6
Булочка творожная	50	15-23	4,0	5,4	18,2	85,0	0,03	0,03	0,13	30	12,43	14,9	5,63	0,3	25,5
Апельсин	165	54-20	0,4	0	11,8	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	38,9
Итого:	415	100-00	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110	110	25	1,2	110
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:



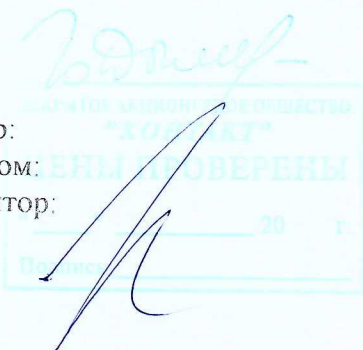
Согласовано
Директор школы



Фактическое меню на 10 мая 2024 г.
По основному меню 12 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 43

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рет. экв сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Печень запечённая	100	66-21	12,24	10,34	11,24	245,53	0,22	0,3	13,83	203	132,4	11,0	21,28	1,37	224,53
Рис отварной	190	16-76	3,4	9,2	18,15	169,63	0,01	0,02	3,02	0	68,8	79,66	10	0,16	0
Кофейный напиток с молоком	200	14-16	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	60	8-21	3,36	0,96	45,36	174,84	0,1	0,01	0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,87
Расчётная цена:	550	105-34	22,5	23	95,75	680	0,36	0,4	17,5	225	300	300	75	4,5	300
Итого:		100-00													
Обед :															
Салат «Морковный»	100	19-75	0,2	5,13	6,74	79,0	0	0	1,25	122	5,75	4,6	3,85	0,2	3,7
Рассольник со сметаной	250	25-17	6,86	9,63	20,7	180,5	0,02	0,25	1,5	0	55,9	91,7	7,18	0,75	20,64
Капуста тушёная с мясом	200	87-60	17,74	15,89	34,83	300,8	0,23	0,3	3,51	108	174,02	99,7	32,07	0,96	156,92
Сок	200	16-80	0	0	23,0	90,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	202,0
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	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	84	10-45	3,9	0,75	10,98	156	0,14	0	16,44	75	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена :	884	166-61	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	24,5	315	420	420	105	6,3	420
Итого :		160-00													
Полдник :															
Молоко (кипячённое)	200	30-57	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,7	45,6
Булочка творожная	75	23-30	5,3	6,7	23,0	122,0	0,05	0,05	1,13	50	22,43	24,9	10,63	0,9	35,5
Яблоко	165	46-13	0,4	0	11,8	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	38,9
Итого:	440	100-00	9,0	9,2	38,3	272	0,14	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	120
Всего :			63,0	64,4	268,1	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Меню дополнительного питания
на 10 мая 2024 г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
Завтрак:			
Печень запечённая	100	245,53	66-21
Рис отварной	190	169,63	16-76
Выпечка:			
Булочка «Дорожная»	100	251,9	33-89
Пицца «Сырная»	115	242,0	40-01
Пирожное «Мелодия»	100	380,0	49-50
Пирожное «Альберта»	100	380,0	49-50
Пирожное «Полет»	100	418,0	49-50
Пирожное «Муфточка»	100	380,0	43-50
Кекс «Львовский» глазирован. с маком	100	347,2	45-00
Корж молочный	80	380,0	31-50
Обед:			
Первые блюда:			
Рассольник со сметаной	250	180,5	25-17
Вторые блюда:			
Капуста тушёная с мясом	200	300,8	87-60
Напитки:			
Кофейный напиток с молоком	200	90,0	14-16
Чай с сахаром	200	65,0	3-15
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	90,0	30-75
Вода питьевая «Тгі vi» (негазированная)	500		40-71
Молоко	200	98,0	30-57
Апельсин	100	52,0	35-18

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Меню дополнительного питания
на 11 мая 2024 г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
Завтрак:			
Омлет натур. с маслом , с зел, горошком	200	429,58	63-31
Йогурт	200	98,0	36-15
Выпечка:			
Пицца «Сырная»	115	242,0	40-01
Пицца «Купеческая»	115	354,0	50-81
«Синнабоны»	75	200,5	36-83
Пирожное «Мелодия»	100	380,0	49-50
Пирожное «Альберта»	100	380,0	49-50
Пирожное «Полет»	100	418,0	49-50
Пирожное «Муфточка»	100	360,0	43-50
Кекс «Львовский» глазирован. с маком	100	347,2	45-00
Корж молочный	80	380,0	31-50
Трубочка со сгущённым молоком	180	420,0	75-00
Обед:			
Первые блюда:			
Суп картофельный с гречнев. круп. с птицей	250/10	166,3	29-25
Гарниры:			
Овощи тушёные с мясом	200	262,36	89-40
Напитки:			
Чай с сахаром	200	65,0	3-15
Напиток из шиповника	200	116,5	9-90
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	95,4	30-75
Вода питьевая «Tгі vi» (негазированная)	500		40-71
Варенец	200	98,0	30-78
Яблоко	100	26,3	33-33

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано
Директор школы:



Фактическое меню на 11 мая 2024 г.

По основному меню 5 день

Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 43

Завтрак:

	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рет.экв сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Йогурт	200	36-15	3.3	2.5	3.5	98	0.06	0.1	1.4	0	87.91	86	5.83	0.712	41
Омлет натур. с зел. горошком	150	56-60	14.07	16.77	41.57	337.08	0.16	0.09	12.2	169	160.29	92.21	33.05	1.41	196.402
Чай с сахаром	200	3-15	0.2	0	16	65.0	0	0.08	1.4	0	8.05	9.79	5.24	0	36.66
Хлеб пшеничный йодированный	30	4-10	1.68	0.48	22.68	87.42	0.08	0.08	0	6	18.75	87	18.38	0.878	0.938
Расчётная цена:	580	100-00	19.25	19.75	83.75	587.5	0.3	0.35	15	175	275	275	62.5	3.0	275

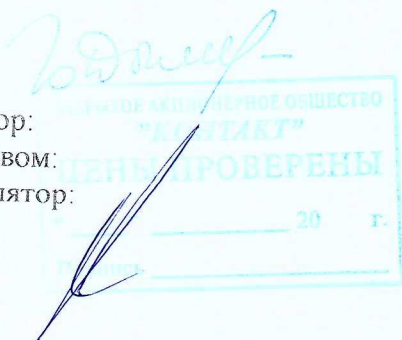
Обед :

Салат «Заря»	60	18-70	0.4	4.26	4.2	64	0	0	2.74	70	2	4.8	2.2	0.06	23.4
Суп картофельный с гречневой крупой, с птицей	210 (200/10)	28-79	7.39	8.16	10.8	128.65	0	0.03	0.48	13	58.31	76.53	6.72	0.02	125.86
Овощи тушёные с мясом	170	87-44	13.2	13.77	19.35	234.51	0.22	0.45	1.08	80	144.41	103.33	13.55	0.14	119.52
Напиток из шиповника	200	9-90	0	0	30.22	116.5	0	0	3.17	20	25.38	0	14.21	1.43	113.1
Хлеб пшеничный йодированный	60	8-21	3.36	0.96	45.36	174.84	0.1	0.01	0	12	38.4	164.34	36.72	1.85	1.87
Хлеб ржано-пшеничный	56	6-96	2.6	0.5	7.32	104	0.1	0	13.53	50	116.5	36	14.1	0.7	1.25
Расчётная цена :	756	160-00	26.95	27.65	117.25	822.5	0.42	0.49	21.0	245	385	385	87.5	4.2	385

Полдник :

Кисломолочная пищевая продукция	180	27-70	3.3	2.5	3.5	98	0.06	0.1	1.4	0	87.91	86	5.83	0.19	41
Булочка российская	50	12-51	4.0	5.4	21	110.7	0.04	0.02	0.42	60	4.16	2.0	3.17	0.1	53.35
Яблоко	160	59-79	0.4	0	9.0	26.3	0.02	0.02	4.18	10	17.93	22.0	16	0.91	15.65
Итого:	390	100-00	7.7	7.9	33.5	235	0.12	0.14	6.0	70	110	110	25	1.2	110
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:



Фактическое меню на 11 мая 2024 г.
По основному меню 5 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 43

Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
г		г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рег. экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Завтрак:														
Йогурт	200	36-15	3.3	2.5	3.5	98	0.06	0.1	1.4	0	87.91	86	5.83	0.712 41
Омлет натур. с зел. горошком	200	63-31	17.32	20.02	53.57	429.58	0.21	0.14	13.5	219	185.29	112.34	45.55	2.91 221.4
Чай с сахаром	200	3-15	0.2	0	16	65.0	0	0.08	2.6	0	8.05	9.79	5.24	0 36.66
Хлеб пшеничный йодированный	30	4-10	1.68	0.48	22.68	87.42	0.08	0.08	0	6	18.75	91.87	18.38	0.88 0.94
Расчётная цена:	630	106-71	22.5	23	95.75	680	0.35	0.4	17.5	225	300	300	75	4.5 300
Итого:		100-00												
Обед :														
Салат «Заря»	100	24-89	0.7	6.68	7	76	0	0	2.74	70	2.5	4.8	2.6	0.08 23.4
Суп картофельный с гречневой крупой, с птицей	260	29-25	9.03	9.12	12.7	166.3	0	0.08	0.5	20	59	86	10.4	0.25 126
Овощи тушёные с мясом	200	89-40	14.51	14.69	27.79	262.36	0.25	0.47	2.18	118	158.39	110.86	19.77	0.75 153.75
Напиток из шиповника	200	9-90	0	0	30.22	116.5	0	0	3.17	20	25.38	0	14.21	1.43 113.1
Хлеб пшеничный йодированный	65	8-89	3.36	0.96	45.36	174.84	0.1	0.01	0	12	38.4	164.34	36.72	2.88 1.87
Хлеб ржано-пшеничный	84	10-45	3.9	0.75	10.98	156.0	0.14	0	16.44	75	136.33	54	21.3	1.79 1.88
Расчётная цена :	909	172-78	31.5	32.2	134.05	952	0.49	0.56	25.03	315	420	420	105	6.3 420
Итого:		160-00												
Полдник :														
Кисломолочная пищевая продукция	200	30-78	3.3	2.5	3.5	98	0.06	0.1	1.4	0	87.91	86	5.83	0.19 41
Булочка российская	75	18-82	5.3	6.7	25.8	147.7	0.06	0.04	0.89	80	14.16	12	8.17	0.7 63.35
Груша	160	50-40	0.4	0	9.0	26.3	0.02	0.02	4.18	10	17.93	22.0	16	0.91 15.65
Итого:	435	100-00	9.0	9.2	38.3	272	0.14	0.16	6.47	90	120	120	30	1.8 120
Всего :			63.0	64.4	268.1	1904	0.98	1.12	49	630	840	840	210	12.6 840

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

