

Согласовано:  
Директор школы



**Фактическое меню на 14 октября 2024 г.  
По основному меню 1 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	K	
г		г	г	г	ккал	мг	мг	мг	мг	рет.экв	мг	мг	мг	мг	
Каша манная на молоке с маслом	200	52-48	7,35	11,97	27,47	246,8	0,18	0,18	2,0	112	90,8	96,21	12,22	0,33	140,71
Сыр порциями	20	24-19	5,04	3,7	0	42,0	0	0,01	0,18	13	144,15	0	7,5	0,07	17,4
Кондитерские изделия	30	30-19	3,86	3,28	3,98	88,0	0,02	0,15	0	40	0	13	6,94	0,2	78,67
Чай с сахаром, с лимоном	207 (200/7)	5-94	0,2	0	16,0	65,0	0	0	12,82	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	50	7-20	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:	507	120-00	19,25	19,75	85,25	587,5	0,3	0,35	15,0	175	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0

**Обед :**

Ассорти из овощей	60	16-07	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)	20-25	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	129-91	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	8-52	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	3,17	20	105,0	0	14,21	0,5	151,0
Хлеб пшеничный йодированный	55	7-92	2,8	0,8	45,36	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	56	7-33	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 : 761 190-00 26,95 27,65 115,81 822,5 0,42 0,49 21,0 245 385,0 385,0 87,5 4,2 385,0

**Полдник :**

Сок	200	30-75	0	0	11,8	92,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,6
Рулет с сыром	60	24-95	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
Яблоко	130	64-30	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	120-00	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: \_\_\_\_\_

г. \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

«КОТАКТ»  
ИЗДАНИЕ ПРОВЕРЕНЫ  
Г. ГОРЬКИЙ



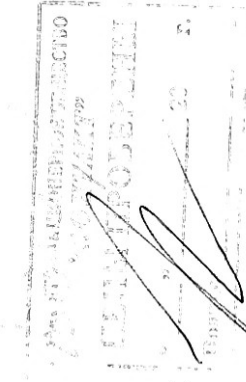
Согласовано  
Директор/школы:

Фактическое меню на 14 октября 2024 г.

По основному меню 1 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 мг	Р мг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	K мг
Каша манная на молоке с маслом	230	52-66	10,04	15,06	30,41	310,16	0,23	2,56	160	109,4	112,87	18,6	1,35	165,4		
Сыр порциями	20	24-19	5,04	3,7	0	42,0	0	0,01	0,18	13	144,15	0	7,5	0,07	17,4	
Кондитерские изделия	30	30-19	3,86	3,28	3,98	88,0	0,02	0,15	0	40	13,0	6,94	0,2	78,67		
Чай с сахаром, с лимоном	210 (200/10)	7-13	0,2	0	16,0	65,0	0	0	14,76	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66	
Хлеб пшеничный йодированный	60	8-64	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	122-81	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:		120-00														
Обед :																
Ассорти из овощей	100	17-69	1,02	0,32	7,32	41,0	0	0	1,245	130	5,75	4,7	3,2	0,15	29,0	
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	132-18	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	8-52	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	3,17	20	105,0	0	14,21	0,5	151,0	
Хлеб пшеничный йодированный	70	10-08	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	11-00	3,9	0,75	10,98	156,0	0,14	0	16,44	75	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88	
Расчётная цена :	914	201-01	31,5	32,2	134,05	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0	
Итого:		190-00														
Полдник :																
Сок	200	30-75	0	0	11,8	92,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,6	
Рулет с сыром	70	28-79	8,6	9,2	17,5	128,0	0,1	0,14	2,58	90	88,79	90,82	15,62	1,4	19,8	
Яблоко	120	60-46	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	120-00	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 дополнительного питания

на 14 октября 2024 г.

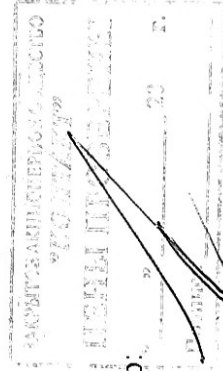
Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
<b>Завтрак:</b>			
Каша манная на молоке с маслом	230	310,16	52-66
Сыр	20	42,0	24-19
<b>Выпечка:</b>			
Пицца «Купеческая»	115	354,0	53-73
Рулет с сыром	75	380,0	30-75
Пицца «Сырная»	115	242,0	42-76
Синнабоны	75	200,5	40-35
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
<b>Обед:</b>			
<b>Первые блюда:</b>			
Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	250/10	151,9	21-54
<b>Вторые блюда:</b>			
Плов с мясом	200	311,76	132-18
<b>Напитки:</b>			
Чай с сахаром	200	65,0	3-15
Чай с сахаром и лимоном	200/10	65,0	7-13
Компот из смеси сухофруктов	200	116,5	8-52
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	92,0	30-75
Вода питьевая «Гі vi» (негазированная)	500		40-71
Яблоко	100	52,0	33-33

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:



Согласовано  
Директор школы



## Фактическое меню на 15 октября 2024 г.

По основному меню 2 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	K
г	г	г	г	г	ккал	мг	мг	мг	мг	рет.экв	мг	мг	мг	мг
200	52-50	3,3	2,5	3,5	98,0	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86,0	5,83	0,712	41,0
150	60-03	14,07	16,77	41,57	337,08	0,16	0,162	12,2	169	160,29	92,21	33,05	1,41	196,402
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
30	4-32	1,68	0,48	22,68	87,42	0,08	0,008	0	6	18,75	87,0	18,38	0,878	0,938

Расчётная цена:

580	120-00	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
-----	--------	-------	-------	-------	-------	-----	------	------	-----	-------	-------	------	-----	-------

### Обед :

60	18-39	0,4	4,26	4,2	64,0	0	0	2,74	10	2,0	4,8	2,2	0,06	23,4
205	17-43	7,79	6,36	9,28	143,35	0,11	0,23	0,18	60	15,35	66,02	4,6	0,19	69,46
90	115-88	9,2	11,07	8,48	48,11	0,02	0,15	1,27	8	176,66	28,0	8,12	0,14	22,92
150	12-67	3,6	4,5	29,35	171,7	0,09	0,1	0,11	85	10,71	85,84	21,55	1,03	253,0

### Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах

200	9-66	0	0	13,26	116,5	0	0	3,17	20	25,38	0	0,21	0,23	13,1
60	8-64	3,36	0,96	45,36	174,84	0,1	0,01	0	12	38,4	164,34	36,72	1,85	1,87
56	7-33	2,6	0,5	7,32	104,0	0,1	0	13,53	50	116,5	36,0	14,1	0,7	1,25
821	190-00	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

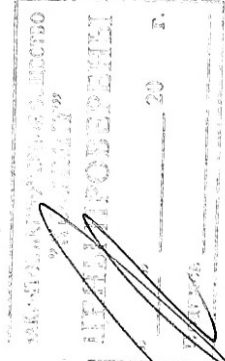
### Полдник :

180	31-20	3,3	2,5	3,5	98,0	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86,0	5,83	0,19	41,0
50	15-24	4,0	5,4	21,0	110,7	0,04	0,02	0,42	60	4,16	2,0	3,17	0,1	53,35
130	73-56	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10	17,93	22,0	16,0	0,91	15,65
360	120-00	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
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:



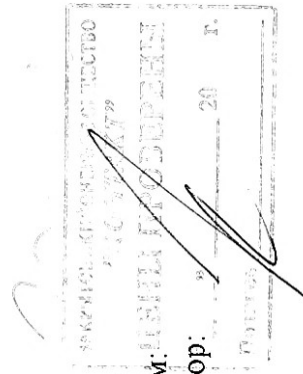


Фактическое меню на 15 октября 2024 г.

По основному меню 2 день

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

Завтрак:	Выход г	Цена г	Б		Ж		У		Э/ц		В1		В2		С		А		Са		P		Mg		Fe		K	
			г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г
Йогурт	200	42-00	3,3	2,5	3,5	98,0	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86,0	5,83	0,71	41,0													
Омлет натур. с зел. горошком	200	70-53	17,32	20,02	53,57	429,58	0,21	0,14	13,5	197	185,29	112,34	45,55	2,85	221,4													
Чай с сахаром	200	3-15	0,2	0	16,0	65,0	0	0,08	2,6	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66													
Хлеб пшеничный йодированный	30	4-32	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	120-00	22,5	23,0	95,75	680,0	0,35	0,4	17,5	203	300,0	300,0	75,0	4,44	300,0													
Итого:		120-00																										
Обед :																												
Салат «Заря»	100	24-55	0,7	6,68	7,0	76,0	0	0	2,74	70	2,5	4,8	2,6	0,08	23,4													
Щи по-уральски со сметаной (250/5)	255	20-67	9,03	7,56	12,7	166,3	0,12	0,23	0,5	60	17,0	80,86	10,4	0,19	99,75													
Птица тушёная с соусом томатным с овощами	100	101-38	10,19	11,57	11,59	56,71	0,04	0,22	2,05	10	189,59	30,0	11,17	0,15	24,0													
Перловка отварная	180	13-38	4,32	4,68	33,16	205,65	0,09	0,1	0,13	90	10,8	86,0	22,6	1,04	256,0													
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	9-66	0	0	13,26	116,5	0	0	3,17	20	25,38	0	0,21	0,23	13,1													
Хлеб пшеничный йодированный	65	9-36	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	84	11-00	3,9	0,75	10,98	156,0	0,14	0	16,44	75	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88													
Расчётная цена :	984	190-00	31,5	32,2	134,05	952,0	0,49	0,56	25,03	337	420,0	420,0	105,0	6,36	420,0													
Итого:		190-00																										
Полдник :																												
Кисломолочная пищевая продукция	200	34-67	3,3	2,5	3,5	98,0	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86,0	5,83	0,19	41,0													
Булочка российская	75	22-94	5,3	6,7	25,8	147,7	0,06	0,04	0,89	80	14,16	12,0	8,17	0,7	63,35													
Банан	120	62-39	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10	17,93	22,0	16,0	0,91	15,65													
Итого:	395	120-00	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	6,47	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:

20 г.

Согласовано:



Меню дополнительного питания  
на 15 октября 2024 г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
<b>Завтрак:</b>			
Омлет натур. с маслом, с зел, горошком	200	429,58	70-53
Йогурт «Антоха-Кроха»	200	98,0	52-50
Йогурт «Фруктовый»	200	98,0	42-00
<b>Выпечка:</b>			
Пицца «Сырная»	115	242,0	42-76
Пицца «Купеческая»	115	354,0	53-73
«Синнабоны»	75	200,5	40-35
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 стужённым молоком	180	420,0	75-00

**Обед:**

**Первые блюда:**

Щи по-уральски со сметаной 255 166,3 20-67

**Вторые блюда:**

Птица тушёная с соусом томатным с овощами 100 56,71 101-38

**Гарниры:**

Перловка отварная 180 205,65 13-38

**Напитки:**

Чай с сахаром 200 65,0 3-15

Кисель из концентрата 200 116,5 9-66

Сок в ассортименте (1 пачка) 200 95,4 30-75

Вода питьевая «Гі vі» (негазированная) 500 40-71

Молоко ультрапастеризованное (1 пачка) 200 60,0 37-50

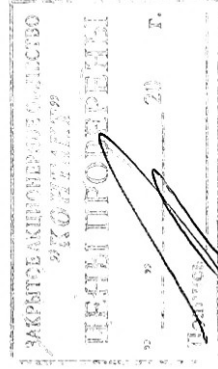
Ряженка 200 98,0 34-67

Банан 100 26,3 29-62

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:



Согласовано :  
Директор школы



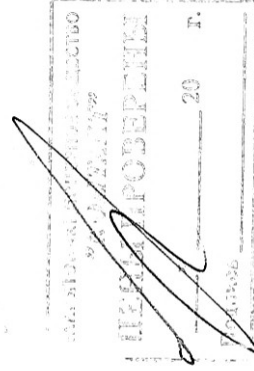
**Фактическое меню на 16 октября 2024 г.**  
**По основному меню 3 день**  
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 43

Завтрак:	Выход г	Цена г	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А мг	Р мг	Ca мг	P мг	Mg мг	Fe мг	K мг
Люля-Кебаб	90	75-13	8,72	12,24	9,02	120,8	0	0,11	12,38	85	103,6	2,7	2,36	0,04	92,84	
Гречка отварная с маслом	160	17-63	4,23	4,21	15,93	231,0	0,18	0,16	1,97	70	79,0	84,46	18,54	0,47	107,0	
Кофейный напиток с молоком	200	20-04	3,5	2,5	21,0	90,0	0,02	0,07	0,65	10	60,4	31,84	11,0	0,09	73,6	
Хлеб пшеничный йодированный	50	7-20	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	120-00	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	
<b>Обед :</b>																
Салат «Бурячок»	60	16-36	0,9	3,1	4,0	51,0	0,01	0,02	2,61	0	30,17	28,58	7,6	0,02	45,65	
Суп картоф. с бобовыми, с птицей 205 (200/5)	170	133-17	12,9	16,0	11,47	255,8	0,1	0,34	1,57	90	135,63	89,75	13,69	0,78	81,74	
Компот из изюма	200	11-48	0	0	24,89	90,0	0	0	1,8	0	26	14,0	10,0	0,1	202,0	
Хлеб пшеничный йодированный	45	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	56	7-33	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 :	736	190-00	28,0	30,4	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385,0	385,0	87,5	4,2	385,0	
<b>Полдник :</b>																
Кисломолочная пищевая продукция	180	31-20	3,3	2,5	3,5	98,0	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86,0	5,83	0,712	41,0	
Вапрушка с творогом	50	20-37	4,0	5,4	18,2	85,0	0,02	0,02	1,98	70	6,88	8,82	14,79	0,288	30,1	
Груша	130	68-43	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:	360	120-00	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110,0	
Всего :			54,95	58,05	234,5	1645,0	0,84	0,98	42,0	490	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0	

Директор:

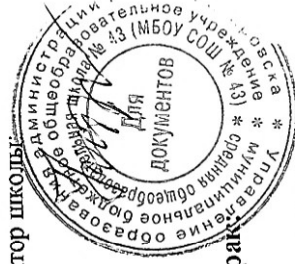
Зав. пр-вом:

Калькулятор:



Согласовано :

Директор школы:



Фактическое меню на 16 октября 2024 г.

По основному меню 3 день

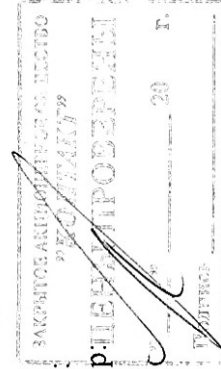
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 43

Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	K
г	г	г	г	г	ккал	мг	мг	мг	мг	мг	рети.эquiv	мг	мг	мг
100	82-38	10,92	12,5	9,02	197,3	0,01	0,16	12,48	95	112,49	6,56	7,72	0,2	114,84
200	20-91	5,28	7,8	27,93	247,0	0,22	0,16	2,37	110	95,11	105,6	25,68	0,81	110,0
200	20-04	3,5	2,5	21,0	90,0	0,02	0,07	0,65	10	60,4	31,84	11,0	0,09	73,6
50	7-20	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
550	130-53	22,5	23,6	95,75	680,0	0,35	0,4	15,5	225	300,0	300,0	75,0	3,5	300,0
Итого:		120-00												
<b>Обед :</b>														
100	17-79	2,16	3,16	7,0	70,0	0,02	0,03	4,45	0	34,29	39,78	12,16	0,03	58,34
255	16-58	9,64	10,45	31,8	197,1	0,12	0,13	1,22	115	54,47	61,2	12,74	0,35	58,15
200	134-28	13,0	17,04	18,58	292,2	0,11	0,38	2,57	115	136,91	95,02	18,2	2,63	98,07
200	11-48	0	0	24,89	90,0	0	0	1,8	0	26,0	14,0	10,0	0,1	202,0
60	8-64	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
84	11-00	3,9	0,75	10,98	156,0	0,14	0	16,44	75	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88
899	199-77	31,5	32,2	131,05	951,0	0,49	0,55	26,48	315	420,0	420,0	105,0	7,3	420,0
Итого:		190-00												
<b>Полдник :</b>														
200	34-67	3,3	2,5	3,5	98,0	0,06	0,11	1,4	0	87,91	86,0	5,83	0,71	41,0
75	30-59	5,3	6,7	26,0	123,0	0,04	0,04	2,98	90	16,88	18,82	19,79	0,89	40,1
120	54-74	0,4	0	11,8	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	38,9
395	120-00	9,0	9,2	41,3	273,0	0,14	0,17	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0
Итого:														
Всего :		63,0	65,0	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 дополнительного питания  
на 16 октября 2024г.

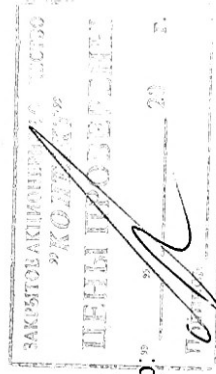
Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
<b>Завтрак:</b>			
Люля-Кебаб	100	197,3	82-38
Гречка отварная с маслом	200	247,0	20-91
<b>Выпечка:</b>			
Пицца «Купеческая»	115	354,0	53-73
Рулет с сыром	75	380,0	30-75
Пицца «Сырная»	115	242,0	42-76
Синнабоны	75	200,5	40-35
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
<b>Обед:</b>			
<b>Первые блюда:</b>			
Суп картофельный с бобовыми, с птицей	250/5	197,1	16-58
<b>Вторые блюда:</b>			
Жаркое по-домашнему	200	292,2	134-28
<b>Напитки:</b>			
Кофейный напиток с молоком	200	90,0	20-04
Чай с сахаром	200	65,0	3-15
Компот из изюма	200	90,0	11-48
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	116,5	30-75
Вода питьевая «Гі vі» (негазированная)	500		40-71
Варенец	200	98,0	34-67
Груша	100	52,0	38-64

Директор:

Зав. пр-вом.

Калькулятор:





**Фактическое меню на 17 октября 2024 г.  
По основному меню 4 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	K
г	г	г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рег.эжв	мг	мг	мг	мг	мг
190	49-37	2,17	7,27	24,55	232,3	0,16	0,262	14,17	102	49,5	61,0	12,36	0,22	108,17
15	18-71	3,78	2,78	0	31,5	0	0	0,18	13	108,0	0	5,6	0,07	13,0
1 шт. (50)	16-20	7,0	6,4	0,4	88,0	0,02	0,008	0	40	25,1	13,0	6,94	0,22	78,67
200	29-24	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
45	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
500	120-00	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

**Обед :**

60	9-76	1,0	2,42	5,34	61,0	0,02	0,02	2,74	0	0,9	13,04	2,99	0,07	19,49
210 (200/10)	35-46	4,53	5,46	10,94	104,39	0,02	0,2	1,39	58	53,8	73,11	2,15	0,35	20,42
90	109-77	13,15	14,92	16,51	191,61	0,08	0,165	6,17	67	57,85	27,0	2,0	0,27	27,25
150	11-17	3,75	3,75	20,67	170,4	0,12	0,095	0	70	7,71	69,35	20,3	0,77	115,43
200	10-55	0,16	0	21,6	87,0	0	0	3,24	0	133,6	24,9	21,0	0,7	200,1
45	6-48	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	1,62	1,56
52	6-81	1,56	0,3	4,39	62,4	0,08	0	7,46	40	99,14	21,6	8,46	0,42	0,75
807	190-00	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

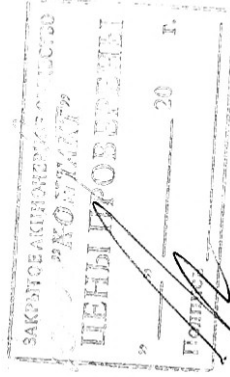
**Полдник :**

200	30-75	0	0	11,8	92,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,6
60	17-20	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
130	72-05	0,4	0	9,0	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	20,6
390	120-00	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

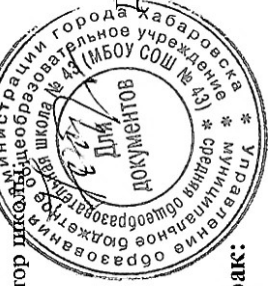
**Всего :**

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:**

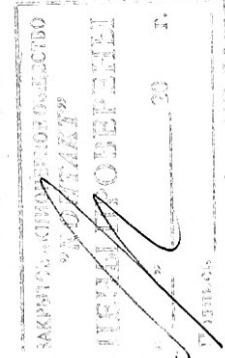


Согласовано .



Фактическое меню на 17 октября 2024 г.  
По основному меню 4 день  
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 43

Завтрак:	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe	K
	г		г	г	г	ккал	мг	мг	мг	мг	рет.экв	мг	мг	мг	мг
											сут				
Каша жидкая на молоке из пшена с маслом	225	50-01	4,86	10,36	28,99	295,66	0,21	0,312	16,67	152	68,1	77,66	19,74	1,24	132,86
Сыр порциями	15	18-71	3,78	2,78	0	31,5	0	0	0,18	13	108,0	0	5,6	0,07	13,0
Яйцо варёное	1 шт. (50)	16-20	7,0	6,4	0,4	88,0	0,02	0,008	0	40	25,1	13,0	6,94	0,22	78,67
Какао с молоком	200	29-24	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	8-64	3,36	0,96	45,36	174,84	0,1	0,01	0	10	38,4	164,34	35,72	2,88	1,87
Расчётная цена:	550	122-80	22,5	23,0	95,75	680,0	0,35	0,4	17,5	225	300,0	75,0	4,5	300,0	
Итого:		120-00													
Обед :															
Салат «Витаминный»	100	13-15	1,1	3,42	8,9	70,0	0,02	0,02	2,74	0	1,0	17,1	4,98	0,12	29,09
Суп картоф. с мясными фрикад.	260 (250/10)	37-13	5,41	7,32	13,75	106,2	0,02	0,2	1,95	60	64,8	75,13	4,23	0,44	20,5
Печень тушёная с соусом томатным с овощами	100	110-60	13,73	15,31	17,02	197,0	0,08	0,17	8,49	90	57,85	27,62	4,86	0,83	49,12
Макаронные изделия отварные	190	12-72	4,4	4,6	24,0	190,1	0,14	0,16	0	85	9,25	72,45	21,0	0,9	118,0
Компот из кураги	200	10-55	0,16	0	21,6	87,0	0	0	3,24	0	133,6	24,9	21,0	0,7	200,1
Хлеб пшеничный йодированный	50	8-64	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	80	10-47	3,9	0,75	10,98	156,0	0,13	0	8,08	70	121,5	46,8	18,33	0,91	1,63
Расчётная цена :	980	203-26	31,5	32,2	134,05	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0
Итого:		190-00													
Полдник :															
Сок	200	30-75	0	0	11,8	92,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,6
Пирожок печёный из фарша свежей капусты	70	20-06	8,6	9,2	17,5	128,0	0,1	0,14	2,58	90	88,79	90,82	15,62	1,4	19,8
Яблоко	120	69-16	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	120-00	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 дополнительного питания  
на 17 октября 2024г.

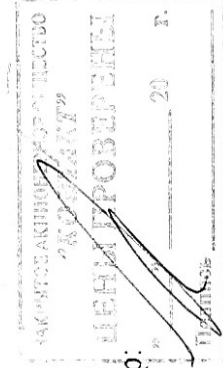
Школа № 43

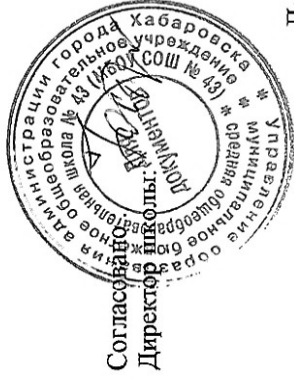
	Масса порции	Калорийность порции	Цена
<b>Завтрак:</b>			
Каша жидкая на молоке из пшена с маслом	225	320,66	50-01
Сыр	15	31,5	18-71
Яйцо варёное	1 шт.	88,0	16-20
<b>Выпечка:</b>			
Пицца «Купеческая»	115	354,0	53-73
Рулет с сыром	75	380,0	30-75
Пицца «Сырная»	115	242,0	42-76
Синнабоны	75	200,5	40-35
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
<b>Обед:</b>			
<b>Первые блюда:</b>			
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/10	106,2	37-13
<b>Вторые блюда:</b>			
Печень тушёная с соусом томатным с овощами	100	197,0	110-60
<b>Гарниры:</b>			
Макаронные изделия отварные	190	190,1	12-72
<b>Напитки:</b>			
Какао с молоком	200	65,0	29-24
Чай с сахаром	200	65,0	3-15
Компот из кураги	200	87,0	10-55
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	92,0	30-75
Вода питьевая «ТГ vi» (негазированная)	500		40-71
Яблоко	100	52,0	33-33

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:



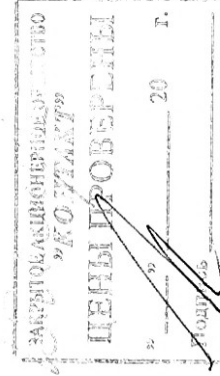


## Фактическое меню на 18 октября 2024 г.

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 рег.экв мг	P мг	Mg мг	Fe мг	K мг	
															сут
Залеканка из творога с рисом	200	89-59	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	21-21	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	2,6	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	42	6-05	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	120-00	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
<b>Обед :</b>															
Салат «Пёстрый»	60	25-37	0,72	3,1	7,19	59,0	0,02	0,01	0,93	90	1,12	10,86	0,02	0,08	0,1
Борщ с карт., капуст. со сметаной	200	21-39	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
Тефтели рыбные в соусе томатном с овощами	90	58-20	10,63	10,23	5,88	95,25	0,01	0,17	0,33	48	110,2	123,54	18,15	0,18	116,798
Картофельное пюре	150	38-32	3,75	3,86	18,6	132,91	0,13	0,15	0,16	25	39,0	0	0	0,1	47,0
Сок	200	30-75	0	0	11,8	90,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,6
Хлеб пшеничный йодированный	60	8-64	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	7-33	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 :	816	190-00	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
<b>Полдник :</b>															
Молоко (кипячённое)	200	37-09	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 печёный с творогом	50	22-31	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	60-60	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	120-00	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
<b>Всего :</b>			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  
 (подпись)  
 18.10.2024

**Фактическое меню на 18 октября 2024 г.**

По основному меню 5 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	K
г	г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	г	г	г	г	г
г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г
230	90-64	19,5	22,2	15,97	352,0	0,25	0,31	13,5	205	250,68	126,56	37,81	0,28	213,72
70	23-94	0	0	25,98	117,3	0	0	1,4	10	9,27	7,65	1,35	1,82	48,06
200	3-15	0,2	0	16,0	65,0	0	0,08	2,6	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66
50	7-20	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
550	124-93	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:														
	120-00													

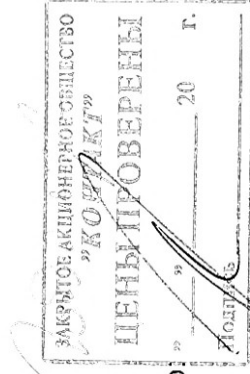
**Обед :**

100	40-17	0,9	3,5	8,45	79,0	0,03	0,01	1,08	110	1,4	13,58	0,025	0,1	0,13
250	23-66	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
Тертели рыбные в соусе томатном с овощами														
100	58-49	12,28	11,31	6,76	105,25	0,01	0,18	0,36	63	115,91	130,0	26,31	0,22	124,47
180	39-01	4,5	4,63	23,32	159,49	0,15	0,18	0,19	30	44,23	0	0	0,34	56,4
200	16-80	0	0	11,8	90,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,89	79,6
65	9-36	3,36	0,96	45,36	174,84	0,1	0,01	0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,87
84	11-00	3,9	0,75	10,98	156,0	0,14	0	16,44	75	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88
979	198-49	31,5	32,2	134,05	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0
Итого:														
	190-00													

**Полдник :**

200	37-09	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
75	33-46	5,3	6,7	25,8	147,7	0,07	0,05	1,67	50	22,21	29,9	5,61	0,8	48,73
120	49-45	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10	15,43	10,18	9,4	0,3	25,67
395	120-00	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
Итого:														
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 дополнительного питания  
на 18 октября 2024 г.

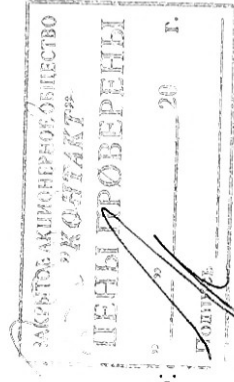
Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
<b>Завтрак:</b>			
Запеканка из творога с рисом	230	352,0	90-64
Соус шоколадный	70	117,3	23-94
<b>Выпечка:</b>			
Пицца «Купеческая»	115	354,0	53-73
Рулет с сыром	75	380,0	30-75
Пицца «Сырная»	115	242,0	42-76
Синнабоны	75	200,5	40-35
Пирожки печёные с повидлом	85	251,9	23-21
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 стужённым молоком	180	420,0	75-00
<b>Обед:</b>			
<b>Первые блюда:</b>			
Борщ с карт, капустой со сметаной	250	187,42	23-66
<b>Вторые блюда:</b>			
Тефтели рыбные в соусе томатном с овощами	100	105,25	58-49
<b>Гарниры:</b>			
Картофельное пюре	180	159,49	39-01
<b>Напитки:</b>			
Чай с сахаром	200	65,0	3-15
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	90,0	30-75
Вода питьевая «Трі ві» (негазированная)	500		40-71
Молоко	200	98,0	37-09
Банан	100	52,0	29-62

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:





Согласовано  
Директор школы:

**Фактическое меню на 19 октября 2024 г.  
По основному меню 6 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	K
г	г	г	г	г	ккал	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг

Вареники с картофелем, отварные с маслом из п/ф пром. пр-ва

250	50-23	11,82	15,72	34,85	389,8	0,23	0,32	3,93	183	97,9	97,0	31,51	1,71	201,58
-----	-------	-------	-------	-------	-------	------	------	------	-----	------	------	-------	------	--------

Сыр порциями

15	18-71	3,78	2,78	0	31,5	0	0	0,18	13	108,0	0	5,6	0,07	13,0
----	-------	------	------	---	------	---	---	------	----	-------	---	-----	------	------

Горошек зелёный /припущенный/

45	22-60	0,6	1,2	2,1	23,0	0	0	12,74	9	1,7	2,0	0,29	0,23	10,26
----	-------	-----	-----	-----	------	---	---	-------	---	-----	-----	------	------	-------

Какао с молоком

200	25-57	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	7-20	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:

560	124-31	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:

120-00

**Обед :**

Салат «Свёклока»

100	15-09	1,22	3,5	4,3	75,7	0,03	0,04	1,38	0	32,14	28,8	8,18	0,2	85,33
-----	-------	------	-----	-----	------	------	------	------	---	-------	------	------	-----	-------

Суп из овощей с птицей

260	30-02	5,72	9,13	13,21	151,0	0	0,07	0,5	24	22,8	77,0	3,12	0,06	54,13
-----	-------	------	------	-------	-------	---	------	-----	----	------	------	------	------	-------

(250/10)

Зразы мясные

100	93-34	6,7	10,12	7,0	165,95	0,07	0,2	2,94	206	18,43	8,2	1,8	0,15	0,1
-----	-------	-----	-------	-----	--------	------	-----	------	-----	-------	-----	-----	------	-----

Пюре гороховое

180	16-55	11,0	7,9	39,16	170,65	0,15	0,24	0	0	44,7	71,1	19,0	1,0	181,0
-----	-------	------	-----	-------	--------	------	------	---	---	------	------	------	-----	-------

Сок

200	16-80	0,16	0	21,6	87,0	0	0	3,24	0	133,6	24,9	21,0	0,7	96,0
-----	-------	------	---	------	------	---	---	------	---	-------	------	------	-----	------

Хлеб пшеничный йодированный

50	7-20	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	11-00	3,9	0,75	10,98	156,0	0,14	0	16,44	75	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88
----	-------	-----	------	-------	-------	------	---	-------	----	--------	------	------	------	------

Расчётная цена :

974	190-00	31,5	32,2	134,05	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0
-----	--------	------	------	--------	-------	------	------	------	-----	-------	-------	-------	-----	-------

Итого:

190-00

**Полдник :**

Молоко (кипячённое)

200	37-09	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
-----	-------	-----	-----	-----	------	------	------	------	----	-------	-------	-------	-----	------

Ватрушка с повидлом

75	20-27	5,3	6,7	29,8	122,0	0,05	0,05	1,13	50	22,43	24,9	10,63	0,9	35,5
----	-------	-----	-----	------	-------	------	------	------	----	-------	------	-------	-----	------

Апельсин

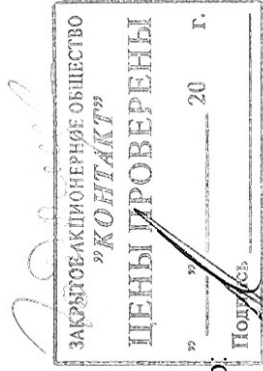
160	62-64	0,4	0	5,0	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	38,9
-----	-------	-----	---	-----	------	------	------	------	---	-------	-------	------	-----	------

Итого:

435	120-00	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:



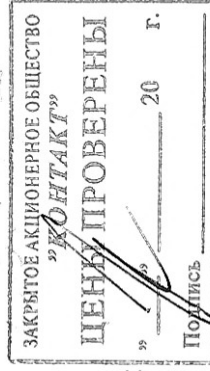


Меню дополнительного питания  
на 19 октября 2024г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
<b>Завтрак:</b>			
Вареники с картофелем отварные с маслом	250	389,8	50-23
Горошек зелёный /припущенный/	45	23,0	22-60
Сыр	15	31,5	18-71
<b>Выпечка:</b>			
Булочка «Дорожная»	100	251,9	43-86
Пицца «Сырная»	115	242,0	42-76
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
<b>Обед:</b>			
<b>Первые блюда:</b>			
Суп из овощей с птицей	260	151,0	30-02
<b>Вторые блюда:</b>			
Зразы мясные	100	165,95	93-34
<b>Гарниры:</b>			
Пюре гороховое	180	170,65	16-55
<b>Напитки:</b>			
Какао с молоком	200	90,0	25-57
Чай с сахаром	200	65,0	3-15
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	95,4	30-75
Вода питьевая «Тг vi» (негазированная)	500		40-71
<b>Молоко</b>	200	98,0	37-09
<b>Апельсин</b>	100	52,0	38-64

*С.С.С.С.*



Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор: