

Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт» :

Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 02 февраля 2026 г.  
По основному меню 6 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    | рет.экв<br>сут | мг     | мг     | мг    | мг   | мг    |
| Каша молочная «Дружба» с маслом | 200   | 68-15  | 9,59  | 11,49 | 29,55 | 293,58 | 0,17 | 0,25 | 2,0   | 106            | 137,95 | 115,21 | 25,34 | 1,66 | 144,4 |
| Оладьи со сгущённым молоком     | 57    | 57-55  | 7,78  | 7,78  | 10    | 121,5  | 0,05 | 0    | 0,18  | 53             | 108,0  | 14,0   | 12,6  | 0,27 | 93,0  |
| Чай с сахаром, с лимоном        | 200/7 | 8-21   | 0,2   | 0     | 16,0  | 65,0   | 0    | 0    | 12,82 | 10             | 8,05   | 9,79   | 5,24  | 0    | 36,66 |
| Хлеб пшеничный йодированный     | 36    | 6-09   | 1,68  | 0,48  | 28,2  | 107,42 | 0,08 | 0,01 | 0     | 6              | 21,0   | 136,0  | 19,32 | 1,07 | 0,94  |
| Расчётная цена:                 | 500   | 140-00 | 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 |

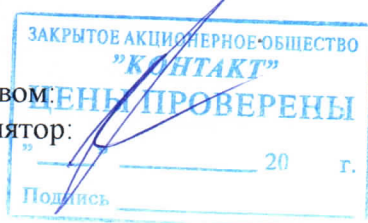
**Обед :**

|                               |     |        |       |       |        |        |      |      |       |     |        |        |        |       |        |
|-------------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-----|--------|--------|--------|-------|--------|
| Салат из квашеной капусты     | 60  | 30-66  | 0,61  | 0,19  | 4,61   | 25,1   | 0    | 0    | 4,16  | 140 | 1,4    | 13,58  | 0,025  | 0,035 | 0,13   |
| Суп куриный с лапшой          | 210 | 33-15  | 5,31  | 6,43  | 10,33  | 120,01 | 0,11 | 0,13 | 0,04  | 45  | 100,03 | 127,52 | 21,775 | 0,365 | 146,62 |
| Пельмени мясные отв. с маслом | 160 | 99-52  | 15,47 | 19,73 | 39,59  | 340,69 | 0,11 | 0,35 | 0,03  | 0   | 1,47   | 27,0   | 0      | 0     | 35,34  |
| Сок                           | 200 | 39-60  | 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  | 8-46   | 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  | 8-61   | 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 | 220-00 | 26,95 | 27,65 | 121,25 | 822,5  | 0,42 | 0,49 | 21,0  | 245 | 385,0  | 385,0  | 87,5   | 4,2   | 385,0  |

**Полдник :**

|                                              |     |        |      |      |       |        |      |      |      |     |       |       |       |      |       |
|----------------------------------------------|-----|--------|------|------|-------|--------|------|------|------|-----|-------|-------|-------|------|-------|
| Напиток шоколадный                           | 200 | 32-79  | 3,3  | 2,5  | 3,5   | 98,0   | 0,06 | 0,11 | 1,4  | 0   | 87,94 | 98,0  | 5,83  | 0,22 | 41,0  |
| Пирожок печеный с начинкой из печени с луком | 75  | 68-45  | 4,0  | 5,4  | 21,0  | 85,0   | 0,04 | 0,01 | 0,4  | 60  | 4,16  | 2,0   | 3,17  | 0,1  | 38,0  |
| Яблоко                                       | 130 | 38-76  | 0,4  | 0    | 9,0   | 52,0   | 0,02 | 0,02 | 4,2  | 10  | 17,9  | 10,0  | 16,0  | 0,88 | 31,0  |
| Итого:                                       | 405 | 140-00 | 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 | 238,5 | 1645,0 | 0,84 | 0,98 | 42,0 | 490 | 770,0 | 770,0 | 175,0 | 8,4  | 770,0 |

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт» :

Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 02 февраля 2026 г.  
По основному меню 7 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      |
|---------------------------------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|-------|----------------|--------|--------|-------|------|--------|
|                                 | г     |        | г     | г     | г     | ккал  | мг   | мг   | мг    | рет.экв<br>сут | мг     | мг     | мг    | мг   | мг     |
| Каша молочная «Дружба» с маслом | 240   | 68-64  | 11,72 | 14,42 | 31,95 | 347,8 | 0,2  | 0,39 | 4,5   | 152            | 151,95 | 120,21 | 26,56 | 1,83 | 168,78 |
| Оладьи со сгущённым молоком     | 57    | 57-55  | 7,78  | 7,78  | 10    | 121,5 | 0,05 | 0    | 0,18  | 53             | 108,0  | 14,0   | 12,6  | 0,27 | 93,0   |
| Чай с сахаром, с лимоном        | 200/7 | 8-21   | 0,2   | 0     | 16,0  | 65,0  | 0    | 0    | 12,82 | 10             | 8,05   | 9,79   | 5,24  | 0    | 36,66  |
| Хлеб пшеничный йодированный     | 50    | 8-46   | 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:                 | 554   | 142-86 | 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:                          |       | 140-00 |       |       |       |       |      |      |       |                |        |        |       |      |        |

**Обед :**

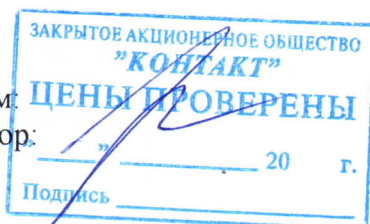
|                               |     |        |       |       |        |        |      |      |       |     |        |        |       |      |        |
|-------------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-----|--------|--------|-------|------|--------|
| Салат из квашеной капусты     | 100 | 50-15  | 1,0   | 0,32  | 7,61   | 41,0   | 0    | 0    | 4,75  | 185 | 1,85   | 13,58  | 0,03  | 0,04 | 0,13   |
| Суп куриный с лапшой          | 260 | 29-13  | 6,4   | 8,05  | 13,91  | 148,39 | 0,11 | 0,13 | 0,04  | 45  | 114,72 | 127,52 | 32,07 | 1,37 | 146,62 |
| (250/10)                      |     |        |       |       |        |        |      |      |       |     |        |        |       |      |        |
| Пельмени мясные отв. с маслом | 200 | 100-52 | 17,24 | 22,28 | 42,15  | 373,91 | 0,14 | 0,42 | 0,03  | 0   | 1,5    | 44,0   | 0     | 0    | 69,71  |
| Сок                           | 200 | 21-64  | 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  | 8-46   | 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  | 12-92  | 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 :              | 894 | 222-82 | 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:                        |     | 220-00 |       |       |        |        |      |      |       |     |        |        |       |      |        |

**Полдник :**

|                                              |     |        |     |     |      |       |      |      |     |    |       |       |      |      |       |
|----------------------------------------------|-----|--------|-----|-----|------|-------|------|------|-----|----|-------|-------|------|------|-------|
| Напиток шоколадный                           | 200 | 32-79  | 3,3 | 2,5 | 3,5  | 98,0  | 0,06 | 0,11 | 1,4 | 0  | 87,94 | 98,0  | 5,83 | 0,22 | 41,0  |
| Пирожок печеный с начинкой из печени с луком | 110 | 70-08  | 5,3 | 6,7 | 25,8 | 122,0 | 0,06 | 0,03 | 1,4 | 80 | 14,16 | 12,0  | 8,17 | 0,7  | 48,0  |
| Яблоко                                       | 130 | 37-13  | 0,4 | 0   | 9,0  | 52,0  | 0,02 | 0,02 | 4,2 | 10 | 17,9  | 10,0  | 16,0 | 0,88 | 31,0  |
| Итого:                                       | 440 | 140-00 | 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

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»



Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 03 февраля 2026 г.  
По основному меню 7 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<br>сут | мг     | мг    | мг    | мг    | мг    |
| Йогурт                      | 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  |
| Омлет натуральный           | 150   | 74-21  | 14,07 | 16,77 | 41,57 | 337,08 | 0,16 | 0,242 | 0,78  | 169            | 160,29 | 92,21 | 33,05 | 1,41  | 196,4 |
| Чай с сахаром с лимоном     | 200/7 | 8-21   | 0,2   | 0     | 16,0  | 65,0   | 0    | 0     | 12,82 | 0              | 8,05   | 9,79  | 5,24  | 0     | 36,66 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30    | 5-08   | 1,68  | 0,48  | 22,68 | 87,42  | 0,08 | 0,008 | 0     | 6              | 18,75  | 87,0  | 18,38 | 0,878 | 0,94  |
| Расчётная цена:             | 587   | 140-00 | 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:                      |       | 140-00 |       |       |       |        |      |       |       |                |        |       |       |       |       |

**Обед :**

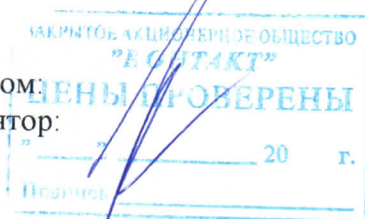
|                             |     |        |       |       |        |        |      |      |       |     |       |        |       |      |        |
|-----------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-----|-------|--------|-------|------|--------|
| Салат «Пёстрый»             | 60  | 37-83  | 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 «Харчо» с мясом         | 206 | 36-64  | 5,53  | 8,4   | 14,1   | 130,39 | 0,02 | 0,31 | 3,731 | 58  | 47,8  | 73,11  | 4,15  | 0,35 | 20,42  |
| Капуста тушёная с птицей    | 170 | 120-33 | 14,34 | 15,53 | 22,47  | 264,91 | 0,18 | 0,15 | 0,17  | 107 | 76,8  | 106,85 | 21,45 | 0,18 | 191,28 |
| Компот из смеси с/фруктов   | 200 | 8-13   | 0,68  | 0     | 30,22  | 116,5  | 0    | 0    | 3,17  | 20  | 105,0 | 0      | 14,21 | 0,5  | 151,0  |
| Хлеб пшеничный йодированный | 50  | 8-46   | 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  | 8-61   | 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 :            | 742 | 220-00 | 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 :**

|                  |     |        |     |     |      |       |      |      |      |    |       |       |      |      |       |
|------------------|-----|--------|-----|-----|------|-------|------|------|------|----|-------|-------|------|------|-------|
| Сок              | 200 | 39-60  | 0   | 0   | 11,8 | 90,0  | 0    | 0    | 1,8  | 0  | 16,0  | 14,0  | 10,0 | 0,2  | 89,4  |
| Рулет с творогом | 60  | 25-63  | 7,3 | 7,9 | 12,7 | 118,7 | 0,1  | 0,12 | 0,02 | 60 | 57,61 | 52,0  | 2,0  | 0,59 | 4,95  |
| Груша            | 130 | 74-77  | 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:           | 390 | 140-00 | 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

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт» :

Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 03 февраля 2026 г.  
По основному меню 7 день  
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 43

**Завтрак:**

|                             | Выход<br>г | Цена   | Б<br>г | Ж<br>г | У<br>г | Э/ц<br>ккал | В1<br>мг | В2<br>мг | С<br>мг | А<br>рет.экв<br>сут | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг | K<br>мг |
|-----------------------------|------------|--------|--------|--------|--------|-------------|----------|----------|---------|---------------------|----------|---------|----------|----------|---------|
| Йогурт                      | 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    |
| Омлет натуральный           | 150        | 74-21  | 14,07  | 16,77  | 41,57  | 337,08      | 0,16     | 0,242    | 0,78    | 169                 | 160,29   | 92,21   | 33,05    | 1,41     | 196,4   |
| Чай с сахаром с лимоном     | 200/7      | 8-21   | 0,2    | 0      | 16,0   | 65,0        | 0        | 0        | 12,82   | 0                   | 8,05     | 9,79    | 5,24     | 0        | 36,66   |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30         | 5-08   | 1,68   | 0,48   | 22,68  | 87,42       | 0,08     | 0,008    | 0       | 6                   | 18,75    | 87,0    | 18,38    | 0,878    | 0,94    |
| Расчётная цена:             | 587        | 140-00 | 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:                      |            | 140-00 |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |

**Обед :**

|                             |                |        |       |       |        |        |      |      |       |     |       |        |       |      |        |
|-----------------------------|----------------|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-----|-------|--------|-------|------|--------|
| Салат «Пёстрый»             | 60             | 37-83  | 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 «Харчо» с мясом         | 206<br>(200/6) | 36-64  | 5,53  | 8,4   | 14,1   | 130,39 | 0,02 | 0,31 | 3,731 | 58  | 47,8  | 73,11  | 4,15  | 0,35 | 20,42  |
| Капуста тушёная с птицей    | 170            | 120-33 | 14,34 | 15,53 | 22,47  | 264,91 | 0,18 | 0,15 | 0,17  | 107 | 76,8  | 106,85 | 21,45 | 0,18 | 191,28 |
| Компот из смеси с/фруктов   | 200            | 8-13   | 0,68  | 0     | 30,22  | 116,5  | 0    | 0    | 3,17  | 20  | 105,0 | 0      | 14,21 | 0,5  | 151,0  |
| Хлеб пшеничный йодированный | 50             | 8-46   | 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             | 8-61   | 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 :            | 742            | 220-00 | 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 :**

|                  |     |        |     |     |      |       |      |      |      |    |       |       |      |      |       |
|------------------|-----|--------|-----|-----|------|-------|------|------|------|----|-------|-------|------|------|-------|
| Сок              | 200 | 39-60  | 0   | 0   | 11,8 | 90,0  | 0    | 0    | 1,8  | 0  | 16,0  | 14,0  | 10,0 | 0,2  | 89,4  |
| Рулет с творогом | 60  | 25-63  | 7,3 | 7,9 | 12,7 | 118,7 | 0,1  | 0,12 | 0,02 | 60 | 57,61 | 52,0  | 2,0  | 0,59 | 4,95  |
| Груша            | 130 | 74-77  | 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:           | 390 | 140-00 | 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

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»

Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 03 февраля 2026 г.  
По основному меню 8 день  
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 43

| Завтрак:                    | Выход<br>г     | Цена   | Б<br>г | Ж<br>г | У<br>г | Э/ц<br>ккал | В1<br>мг | В2<br>мг | С<br>мг | А<br>рет.экв<br>сут | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг | К<br>мг |
|-----------------------------|----------------|--------|--------|--------|--------|-------------|----------|----------|---------|---------------------|----------|---------|----------|----------|---------|
| Йогурт                      | 200            | 51-45  | 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 натуральный           | 200            | 75-10  | 16,92  | 19,86  | 46,01  | 400,44      | 0,19     | 0,29     | 1,28    | 217                 | 178,44   | 99,41   | 39,45    | 1,87     | 221,09  |
| Чай с сахаром с лимоном     | 200/10         | 10-41  | 0,2    | 0      | 16,0   | 65,0        | 0        | 0        | 14,82   | 0                   | 8,05     | 9,79    | 5,24     | 0        | 36,66   |
| Хлеб пшеничный йодированный | 40             | 6-77   | 2,08   | 0,64   | 30,24  | 116,56      | 0,1      | 0,01     | 0       | 8                   | 25,6     | 104,8   | 24,48    | 1,95     | 1,25    |
| Расчётная цена:             | 650            | 143-73 | 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:                      |                | 140-00 |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| Обед :                      |                |        |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| Салат «Пёстрый»             | 100            | 57-25  | 1,0    | 2,5    | 5,5    | 71,59       | 0,03     | 0,02     | 0,52    | 0                   | 6,9      | 13,04   | 2,99     | 0,22     | 22,49   |
| Суп «Харчо» с мясом         | 256<br>(250/6) | 32-53  | 6,91   | 10,5   | 15,39  | 142,9       | 0,03     | 0,37     | 4,17    | 80                  | 50,0     | 79,9    | 5,5      | 0,54     | 26,06   |
| Капуста тушёная с птицей    | 200            | 105-63 | 15,65  | 17,49  | 26,6   | 290,17      | 0,19     | 0,16     | 0,2     | 128                 | 83,37    | 108,72  | 24,28    | 0,37     | 216,7   |
| Компот из смеси с/фруктов   | 200            | 8-13   | 0,68   | 0      | 30,22  | 116,5       | 0        | 0        | 3,17    | 20                  | 105,0    | 0       | 14,21    | 0,5      | 151,0   |
| Хлеб пшеничный йодированный | 70             | 11-84  | 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             | 12-92  | 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 :            | 910            | 228-30 | 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:                      |                | 220-00 |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| Полдник :                   |                |        |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| Сок                         | 200            | 39-60  | 0      | 0      | 11,8   | 90,0        | 0        | 0        | 1,8     | 0                   | 16,0     | 14,0    | 10,0     | 0,2      | 89,4    |
| Рулет с творогом            | 70             | 30-68  | 8,6    | 9,2    | 17,5   | 155,7       | 0,12     | 0,14     | 1,02    | 80                  | 67,61    | 62,0    | 7,0      | 1,19     | 14,95   |
| Мандарин                    | 130            | 69-72  | 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:                      | 400            | 140-00 | 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   |

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт» :



Согласовано :  
Директор школы:



Меню дополнительного питания  
на 03 февраля 2026 г.

Школа № 43

|                                            | Масса<br>порции | Калорийность<br>порции | Цена   |
|--------------------------------------------|-----------------|------------------------|--------|
| <b>Завтрак:</b>                            |                 |                        |        |
| Омлет натуральный                          | 200             | 400,4                  | 75-10  |
| Йогурт «Фруктовый»                         | 200             | 98,0                   | 51-45  |
| Йогурт «Хорская Бурёнка»                   | 200             | 98,0                   | 52-50  |
| <b>Выпечка:</b>                            |                 |                        |        |
| Пицца «Купеческая»                         | 115             | 354,0                  | 64-33  |
| Рулет с сыром                              | 75              | 380,0                  | 34-60  |
| Пицца «Сырная»                             | 115             | 242,0                  | 58-00  |
| Мини тарты в ассортименте                  | 40              | 180,0                  | 61-74  |
| Колечки «Ковис» в ассортименте             | 40              | 150,0                  | 43-20  |
| Маффины : ММ «Ковис» в ассортименте        | 33,3            | 140,0                  | 27-36  |
| Мини рулет в ассортименте                  | 35              | 160,0                  | 37-80  |
| Пирожное «Песочное глазированное помадкой» | 80              | 384,0                  | 75-60  |
| Пирожное «Воздушное»                       | 25              | 426,0                  | 39-69  |
| Слойка в ассортименте                      | 90              | 269,0                  | 54-26  |
| Рулетик с маком                            | 65              | 277,0                  | 54-26  |
| <b>Обед:</b>                               |                 |                        |        |
| <b>Первые блюда:</b>                       |                 |                        |        |
| Суп «Харчо» с мясом                        | 255             | 142,9                  | 32-53  |
| <b>Вторые блюда:</b>                       |                 |                        |        |
| Капуста тушёная с мясом                    | 200             | 290,17                 | 105-63 |
| <b>Напитки:</b>                            |                 |                        |        |
| Компот из смеси с/фруктов                  | 200             | 87,0                   | 8-13   |
| Чай с сахаром                              | 200             | 65,0                   | 3-07   |
| Чай с сахаром с лимоном                    | 200/10          | 65,0                   | 10-41  |
| Сок в ассортименте (1 пачка)               | 200             | 90,0                   | 39-60  |
| Вода питьевая «Tri vi» (негазированная)    | 500             |                        | 61-17  |
| Молоко ультрапастеризованное (1 пачка)     | 200             | 60,0                   | 42-00  |
| Груша                                      | 100             | 52,0                   | 35-42  |

Зав. пр-вом:

Калькулятор: \_\_\_\_\_ 20 г.



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт» :

Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 04 февраля 2026 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<br>сут | мг     | мг    | мг   | мг   | мг     |
| 90    | 88-93  | 11,85 | 14,35 | 6,58  | 168,7 | 0,02 | 0,18 | 0,24  | 85             | 226,04 | 28,21 | 1,96 | 0,07 | 100,05 |
| 170   | 31-00  | 4,4   | 4,6   | 23,37 | 186,1 | 0,18 | 0,16 | 0     | 80             | 8,91   | 81,0  | 20,7 | 0,81 | 117,0  |
| 200   | 11-61  | 0,2   | 0     | 16,0  | 87,0  | 0    | 0    | 14,76 | 0              | 8,05   | 9,79  | 9,24 | 0    | 56,39  |
| 50    | 8-46   | 2,8   | 0,8   | 37,8  | 145,7 | 0,1  | 0,01 | 0     | 10             | 32,0   | 156,0 | 30,6 | 2,4  | 1,56   |
| 510   | 140-00 | 19,25 | 19,75 | 83,75 | 587,5 | 0,3  | 0,35 | 15,0  | 175            | 275,0  | 275,0 | 62,5 | 3,28 | 275,0  |
|       | 140-00 |       |       |       |       |      |      |       |                |        |       |      |      |        |

**Обед :**

|                                              |                |        |       |       |        |        |      |      |       |     |        |       |       |      |       |
|----------------------------------------------|----------------|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-----|--------|-------|-------|------|-------|
| Салат «Дружба»                               | 60             | 16-06  | 1,0   | 2,42  | 5,34   | 61,0   | 0,02 | 0,02 | 2,74  | 0   | 6,9    | 13,04 | 2,99  | 0,07 | 19,49 |
| Суп картофельный с гречневой крупой, с мясом | 206<br>(200/6) | 22-59  | 7,79  | 6,36  | 19,28  | 145,35 | 0,07 | 0,23 | 0,18  | 120 | 15,35  | 85,78 | 4,6   | 0,19 | 69,46 |
| Рыба запеченная по-гречески                  | 100            | 89-56  | 8,49  | 9,79  | 4,02   | 143,54 | 0    | 0,08 | 2,59  | 40  | 149,25 | 80,18 | 25,21 | 0,64 | 44,24 |
| Картофельное пюре с маслом                   | 150            | 35-12  | 4,27  | 7,78  | 18,6   | 132,91 | 0,13 | 0,15 | 0,16  | 25  | 39,0   | 0     | 0     | 0,1  | 47,0  |
| Сок                                          | 200            | 39-60  | 0     | 0     | 24,89  | 90,0   | 0    | 0    | 1,8   | 0   | 26,0   | 14,0  | 10,0  | 0,1  | 202,0 |
| Хлеб пшеничный йодированный                  | 50             | 8-46   | 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             | 8-61   | 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 :                             | 822            | 220-00 | 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 :**

|                                 |     |        |     |     |      |       |      |      |     |    |       |       |      |      |       |
|---------------------------------|-----|--------|-----|-----|------|-------|------|------|-----|----|-------|-------|------|------|-------|
| Кисломолочная пищевая продукция | 200 | 41-17  | 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  |
| Ватрушка с сыром                | 50  | 28-15  | 4,0 | 5,4 | 21,0 | 85,0  | 0,04 | 0,02 | 0,2 | 60 | 5,7   | 14,0  | 6,17 | 0,6  | 38,0  |
| Мандарин                        | 130 | 70-68  | 0,4 | 0   | 9,0  | 52,0  | 0,02 | 0,02 | 4,4 | 10 | 16,39 | 10,0  | 13,0 | 0,41 | 31,0  |
| Итого:                          | 380 | 140-00 | 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 8,68 770,0

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»:

Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 04 февраля 2026 г.  
По основному меню 9 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    | рет.экв<br>сут | мг     | мг     | мг    | мг   | мг     |
| Наггетсы                    | 100   | 90-07  | 14,22 | 15,0 | 14,02 | 200,3 | 0,03 | 0,23 | 0,74  | 105            | 250,65 | 28,63  | 5,48  | 1,19 | 123,05 |
| Макаронные изделия отварные | 200   | 32-21  | 5,28  | 7,2  | 27,93 | 247,0 | 0,22 | 0,16 | 0     | 110            | 9,3    | 105,58 | 29,68 | 0,91 | 119,0  |
| Чай с шиповником            | 200   | 11-61  | 0,2   | 0    | 16,0  | 87,0  | 0    | 0    | 14,76 | 0              | 8,05   | 9,79   | 9,24  | 0    | 56,39  |
| Хлеб пшеничный йодированный | 50    | 8-46   | 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:             | 550   | 142-35 | 22,5  | 23,0 | 95,75 | 680,0 | 0,35 | 0,4  | 15,5  | 225            | 300,0  | 300,0  | 75,0  | 4,5  | 300,0  |
| Итого :                     |       | 140-00 |       |      |       |       |      |      |       |                |        |        |       |      |        |

|                                              |         |        |      |      |        |       |      |      |       |     |        |       |       |      |       |
|----------------------------------------------|---------|--------|------|------|--------|-------|------|------|-------|-----|--------|-------|-------|------|-------|
| Обед :                                       |         |        |      |      |        |       |      |      |       |     |        |       |       |      |       |
| Салат «Дружба»                               | 100     | 24-51  | 1,6  | 4,0  | 8,9    | 81,7  | 0,02 | 0,02 | 3,8   | 0   | 7,4    | 13,04 | 4,98  | 0,53 | 34,11 |
| Суп картофельный с гречневой крупой, с мясом | 256     | 25-20  | 9,34 | 7,94 | 20,93  | 161,2 | 0,08 | 0,24 | 0,72  | 163 | 16,87  | 86,78 | 5,35  | 0,23 | 78,81 |
|                                              | (250/6) |        |      |      |        |       |      |      |       |     |        |       |       |      |       |
| Рыба запеченная по-гречески                  | 110     | 94-56  | 8,74 | 9,37 | 7,23   | 158,0 | 0    | 0,1  | 3,55  | 67  | 157,17 | 96,18 | 32,77 | 0,91 | 45,24 |
| Картофельное пюре с маслом                   | 180     | 36-85  | 5,12 | 9,34 | 23,32  | 159,4 | 0,15 | 0,19 | 0,19  | 0   | 44,23  | 0     | 0     | 0,34 | 56,4  |
| Сок                                          | 200     | 21-64  | 0    | 0    | 24,89  | 90,0  | 0    | 0    | 1,8   | 0   | 26,0   | 14,0  | 10,0  | 0,1  | 202,0 |
| Хлеб пшеничный йодированный                  | 50      | 8-46   | 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      | 12-92  | 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 :                             | 980     | 224-14 | 31,5 | 32,2 | 134,05 | 952,0 | 0,49 | 0,56 | 26,5  | 315 | 420,0  | 420,0 | 105,0 | 6,3  | 420,0 |
| Итого :                                      |         | 220-00 |      |      |        |       |      |      |       |     |        |       |       |      |       |

|                                 |     |        |      |      |       |        |      |      |      |     |       |       |       |      |       |
|---------------------------------|-----|--------|------|------|-------|--------|------|------|------|-----|-------|-------|-------|------|-------|
| Полдник :                       |     |        |      |      |       |        |      |      |      |     |       |       |       |      |       |
| Кисломолочная пищевая продукция | 200 | 41-17  | 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  |
| Ватрушка с сыром                | 75  | 38-26  | 5,3  | 6,7  | 25,8  | 122,0  | 0,06 | 0,04 | 1,2  | 80  | 15,7  | 24,0  | 11,17 | 1,2  | 48,0  |
| Мандарин                        | 130 | 60-57  | 0,4  | 0    | 9,0   | 52,0   | 0,02 | 0,02 | 4,4  | 10  | 16,39 | 10,0  | 13,0  | 0,41 | 31,0  |
| Итого:                          | 405 | 140-00 | 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 |

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»:



Согласовано :  
Директор школы:



Меню дополнительного питания  
на 04 февраля 2026г.

Школа № 43

|                                              | Масса<br>порции | Калорийность<br>порции | Цена  |
|----------------------------------------------|-----------------|------------------------|-------|
| <b>Завтрак:</b>                              |                 |                        |       |
| Наггетсы                                     | 100             | 200,3                  | 90-07 |
| Макаронные изделия отварные                  | 200             | 247,0                  | 32-21 |
| <b>Выпечка:</b>                              |                 |                        |       |
| Булочка «Дорожная »                          | 100             | 251,9                  | 45-75 |
| Пицца «Сырная»                               | 115             | 242,0                  | 58-00 |
| Пицца «Купеческая»                           | 115             | 354,0                  | 64-33 |
| Рулет с сыром                                | 75              | 137,0                  | 34-60 |
| «Синнабоны»                                  | 75              | 200,5                  | 42-10 |
| Мини тарты в ассортименте                    | 40              | 180,0                  | 61-74 |
| Колечки «Ковис» в ассортименте               | 40              | 150,0                  | 43-20 |
| Маффины : ММ «Ковис» в ассортименте          | 33,3            | 140,0                  | 27-36 |
| Мини рулет в ассортименте                    | 35              | 160,0                  | 37-80 |
| Пирожное «Песочное глазированное помадкой»   | 80              | 384,0                  | 75-60 |
| Пирожное «Воздушное»                         | 25              | 426,0                  | 39-69 |
| Слойка в ассортименте                        | 90              | 269,0                  | 54-26 |
| <b>Обед:</b>                                 |                 |                        |       |
| <b>Первые блюда:</b>                         |                 |                        |       |
| Суп картофельный с гречневой крупой, с мясом | 256             | 161,2                  | 25-20 |
| <b>Вторые блюда:</b>                         |                 |                        |       |
| Рыба, запечённая по-гречески                 | 110             | 158,0                  | 94-56 |
| <b>Гарниры:</b>                              |                 |                        |       |
| Картофельное пюре с маслом                   | 180             | 159,4                  | 36-85 |
| <b>Напитки:</b>                              |                 |                        |       |
| Чай с сахаром                                | 200             | 65,0                   | 3-07  |
| Чай с шиповником                             | 200             | 87,0                   | 11-61 |
| Сок в ассортименте (1 пачка)                 | 200             | 90,0                   | 39-60 |
| Вода питьевая «Trí vi» (негазированная)      | 500             |                        | 61-17 |
| Кефир                                        | 200             | 98,0                   | 41-17 |
| Мандарин                                     | 100             | 52,0                   | 28-98 |



Зав. пр-вом:

Калькулятор:

Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»

Согласовано :  
Директор школы:



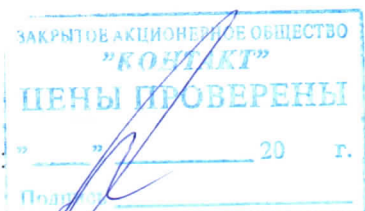
Фактическое меню на 05 февраля 2026 г.

По основному меню 9 день

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

| Завтрак:                              | Выход<br>г | Цена   | Б<br>г | Ж<br>г | У<br>г | Э/ц<br>ккал | В1<br>мг | В2<br>мг | С<br>мг | А<br>рет.экв<br>сут | Са<br>мг | Р<br>мг | Mg<br>мг | Fe<br>мг | K<br>мг |
|---------------------------------------|------------|--------|--------|--------|--------|-------------|----------|----------|---------|---------------------|----------|---------|----------|----------|---------|
| Каша жидкая молочная из риса с маслом | 150        | 45-22  | 10,95  | 12,25  | 12,75  | 226,8       | 0,15     | 0,29     | 13,2    | 138                 | 114,95   | 84,45   | 2,66     | 0,12     | 119,78  |
| Творожок                              | 100        | 83-25  | 5,3    | 6,7    | 17,2   | 150,0       | 0,05     | 0,05     | 0,4     | 27                  | 120,0    | 24,76   | 24,0     | 0,48     | 117,0   |
| Чай с сахаром                         | 200        | 3-07   | 0,2    | 0      | 16,0   | 65,0        | 0        | 0        | 1,4     | 0                   | 8,05     | 9,79    | 5,24     | 0        | 36,66   |
| Хлеб пшеничный йодированный           | 50         | 8-46   | 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        | 140-00 | 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 :                                |            |        |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| Огурцы солёные с растительным маслом  | 60         | 32-26  | 0,61   | 0,19   | 4,61   | 25,1        | 0        | 0        | 1,0     | 95                  | 4,6      | 2,8     | 2,8      | 0,12     | 28,2    |
| Борщ «Сибирский» со сметаной          | 200        | 27-76  | 4,85   | 4,1    | 20,2   | 166,29      | 0,06     | 0,08     | 1,15    | 24                  | 81,96    | 61,46   | 5,15     | 0,07     | 50,28   |
| Митболы мясные                        | 90         | 113-94 | 5,86   | 14,44  | 10,93  | 183,9       | 0,02     | 0,19     | 2,72    | 68                  | 85,94    | 53,94   | 10,93    | 1,04     | 28,15   |
| Пюре гороховое                        | 150        | 18-92  | 10,95  | 7,78   | 32,15  | 136,65      | 0,14     | 0,21     | 0       | 0                   | 44,4     | 60,8    | 13,92    | 0,25     | 179,87  |
| Напиток из плодов шиповника           | 200        | 11-74  | 0      | 0      | 11,8   | 90,0        | 0        | 0        | 2,6     | 0                   | 26,0     | 14,0    | 10,0     | 0,1      | 96,0    |
| Хлеб пшеничный йодированный           | 40         | 6-77   | 2,08   | 0,64   | 30,24  | 116,56      | 0,1      | 0,01     | 0       | 8                   | 25,6     | 156,0   | 30,6     | 1,92     | 1,25    |
| Хлеб ржано-пшеничный                  | 56         | 8-61   | 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 :                      | 796        | 220-00 | 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 :                             |            |        |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| Молоко (кипячённое)                   | 200        | 41-99  | 3,3    | 2,5    | 3,5    | 98,0        | 0,05     | 0,09     | 1,15    | 40                  | 82,36    | 76,92   | 14,99    | 0,7      | 45,6    |
| Круассан с начинкой из печени с луком | 75         | 50-81  | 4,0    | 5,4    | 21,0   | 85,0        | 0,05     | 0,03     | 0,25    | 20                  | 9,74     | 23,08   | 0        | 0,1      | 33,4    |
| Яблоко                                | 130        | 47-20  | 0,4    | 0      | 9,0    | 52,0        | 0,02     | 0,02     | 4,6     | 10                  | 17,9     | 10,0    | 10,01    | 0,4      | 31,0    |
| Итого:                                | 405        | 140-00 | 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   |

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»



Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 05 февраля 2026 г.  
По основному меню 10 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  |
|-------|------|---|---|---|------|----|----|----|----------------|----|----|----|----|----|
| г     |      | г | г | г | ккал | мг | мг | мг | рет.экв<br>сут | мг | мг | мг | мг | мг |

|                                       |     |        |       |       |       |        |      |      |      |     |        |        |       |      |        |
|---------------------------------------|-----|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-----|--------|--------|-------|------|--------|
| Каша жидкая молочная из риса с маслом | 200 | 45-57  | 13,64 | 15,34 | 13,0  | 290,16 | 0,2  | 0,34 | 15,7 | 186 | 133,55 | 101,11 | 9,04  | 0,84 | 144,47 |
| Творожок                              | 100 | 83-25  | 5,3   | 6,7   | 17,2  | 150,0  | 0,05 | 0,05 | 0,4  | 27  | 120,0  | 24,76  | 24,0  | 0,48 | 117,0  |
| Чай с сахаром                         | 200 | 3-07   | 0,2   | 0     | 16,0  | 65,0   | 0    | 0    | 1,4  | 0   | 8,05   | 9,79   | 5,24  | 0    | 36,66  |
| Хлеб пшеничный йодированный           | 60  | 10-15  | 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 | 142-04 | 22,5  | 23,0  | 91,56 | 680,0  | 0,35 | 0,4  | 17,5 | 225 | 300,0  | 300,0  | 75,0  | 4,2  | 300,0  |
| Итого:                                |     | 140-00 |       |       |       |        |      |      |      |     |        |        |       |      |        |

**Обед :**

|                              |     |        |      |      |        |        |      |      |       |     |        |        |       |      |        |
|------------------------------|-----|--------|------|------|--------|--------|------|------|-------|-----|--------|--------|-------|------|--------|
| Салат «Овощной»              | 100 | 23-41  | 1,02 | 0,32 | 7,32   | 41,0   | 0    | 0    | 1,24  | 130 | 5,75   | 4,7    | 3,2   | 0,15 | 29,0   |
| Борщ «Сибирский» со сметаной | 250 | 30-06  | 5,94 | 5,13 | 21,05  | 169,48 | 0,08 | 0,11 | 1,44  | 30  | 89,03  | 67,9   | 6,44  | 0,09 | 59,46  |
| Митболы мясные               | 100 | 114-04 | 6,84 | 17,3 | 10,98  | 184,0  | 0,02 | 0,2  | 2,78  | 70  | 86,19  | 53,94  | 19,46 | 1,07 | 52,25  |
| Пюре гороховое               | 180 | 20-33  | 11,0 | 7,9  | 39,16  | 170,65 | 0,15 | 0,24 | 0     | 0   | 44,7   | 71,1   | 14,0  | 1,0  | 181,0  |
| Напиток из плодов шиповника  | 200 | 11-74  | 0    | 0    | 11,8   | 90,0   | 0    | 0    | 2,6   | 0   | 26,0   | 14,0   | 10,0  | 0,1  | 96,0   |
| Хлеб пшеничный йодированный  | 50  | 8-46   | 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  | 12-92  | 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 :             | 964 | 220-96 | 31,5 | 32,2 | 139,09 | 956,83 | 0,49 | 0,56 | 24,5  | 315 | 420,0  | 421,64 | 105,0 | 6,6  | 421,15 |
| Итого:                       |     | 220-00 |      |      |        |        |      |      |       |     |        |        |       |      |        |

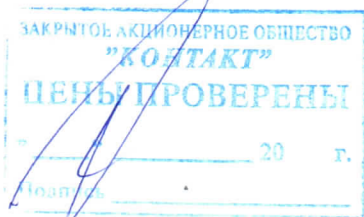
**Полдник :**

|                                       |     |        |     |     |      |       |      |      |     |    |       |       |      |      |        |
|---------------------------------------|-----|--------|-----|-----|------|-------|------|------|-----|----|-------|-------|------|------|--------|
| Молоко (кипячённое)                   | 200 | 41-99  | 3,3 | 2,5 | 3,5  | 98,0  | 0,06 | 0,11 | 1,0 | 0  | 87,94 | 98,0  | 5,83 | 0,22 | 41,0   |
| Круассан с начинкой из печени с луком | 100 | 54-16  | 5,3 | 6,7 | 25,8 | 122,0 | 0,06 | 0,03 | 1,4 | 80 | 14,16 | 12,0  | 8,17 | 0,7  | 46,85  |
| Яблоко                                | 130 | 43-85  | 0,4 | 0   | 9,0  | 52,0  | 0,02 | 0,02 | 4,6 | 10 | 17,9  | 10,0  | 16,0 | 0,88 | 31,0   |
| Итого:                                | 430 | 140-00 | 9,0 | 9,2 | 38,3 | 272,0 | 0,14 | 0,16 | 7,0 | 90 | 120,0 | 120,0 | 30,0 | 1,8  | 118,85 |

Всего :

63,0 64,4 268,95 1908,83 0,98 1,12 49,0 630 840,0 841,64 210,0 12,6 840,0

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»



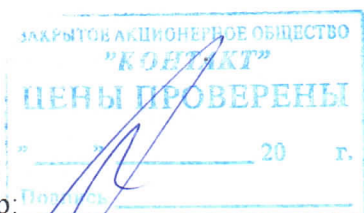
Согласовано :  
Директор школы:



Меню дополнительного питания  
на 05 февраля 2026 г.

Школа № 43

|                                            | Масса<br>порции | Калорийность<br>порции | Цена   |
|--------------------------------------------|-----------------|------------------------|--------|
| <b>Завтрак:</b>                            |                 |                        |        |
| Каша жидкая молочная из риса с маслом      | 200             | 290,16                 | 45-57  |
| Творожок «Радужный»                        | 100             | 150,0                  | 83-25  |
| <b>Выпечка:</b>                            |                 |                        |        |
| Булочка домашняя                           | 100             | 170,0                  | 41-77  |
| Пицца «Купеческая»                         | 115             | 354,0                  | 64-33  |
| Рулет с сыром                              | 75              | 380,0                  | 34-60  |
| Пицца «Сырная»                             | 115             | 242,0                  | 58-00  |
| Мини тарты в ассортименте                  | 40              | 180,0                  | 61-74  |
| Колечки «Ковис» в ассортименте             | 40              | 150,0                  | 43-20  |
| Маффины : ММ «Ковис» в ассортименте        | 33,3            | 140,0                  | 27-36  |
| Мини рулет в ассортименте                  | 35              | 160,0                  | 37-80  |
| Пирожное «Песочное глазированное помадкой» | 80              | 384,0                  | 75-60  |
| Пирожное «Воздушное»                       | 25              | 426,0                  | 39-69  |
| Слойка в ассортименте                      | 90              | 269,0                  | 54-26  |
| Рулетик с маком                            | 65              | 277,0                  | 54-26  |
| <b>Обед:</b>                               |                 |                        |        |
| <b>Первые блюда:</b>                       |                 |                        |        |
| Борщ «Сибирский» со сметаной               | 250             | 169,48                 | 30-06  |
| <b>Вторые блюда:</b>                       |                 |                        |        |
| Митболы мясные                             | 100             | 184,0                  | 114-04 |
| <b>Гарниры:</b>                            |                 |                        |        |
| Пюре гороховое                             | 180             | 170,65                 | 20-33  |
| <b>Напитки:</b>                            |                 |                        |        |
| Чай с сахаром                              | 200             | 65,0                   | 3-07   |
| Напиток из шиповника                       | 200             | 90,0                   | 11-74  |
| Сок в ассортименте (1 пачка)               | 200             | 101,0                  | 39-60  |
| Вода питьевая «Тгі vi» (негазированная)    | 500             |                        | 61-17  |
| Молоко ультрапастеризованное (1 пачка)     | 200             | 60,0                   | 42-00  |
| Молоко (кипячённое)                        | 200             | 98,0                   | 41-99  |
| Яблоко                                     | 100             | 52,0                   | 40-25  |



Зав. пр-вом:  
Калькулятор:

Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»

Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 06 февраля 2026 г.  
По основному меню 10 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    | рет.экв<br>сут | мг    | мг    | мг    | мг   | мг    |
| Макаронные изделия отварные с сыром | 200   | 62-16  | 4,5   | 4,7   | 16,85 | 129,0  | 0,06 | 0,1  | 1,4   | 0              | 125,0 | 109,0 | 21,25 | 0,71 | 175,0 |
| Блинчик со сгущенным молоком        | 75    | 36-61  | 9,85  | 12,15 | 27,0  | 295,65 | 0,17 | 0,17 | 12,95 | 160            | 73,6  | 56,16 | 16,95 | 1,33 | 25,62 |
| Кофейный напиток с молоком          | 200   | 37-00  | 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         | 25    | 4-23   | 1,4   | 0,4   | 18,9  | 72,85  | 0,05 | 0,01 | 0     | 5              | 16,0  | 78,0  | 15,3  | 1,2  | 0,78  |
| Расчётная цена:                     | 500   | 140-00 | 19,25 | 19,75 | 83,75 | 587,5  | 0,3  | 0,35 | 15,0  | 175            | 275,0 | 275,0 | 64,5  | 3,33 | 275,0 |

**Обед :**

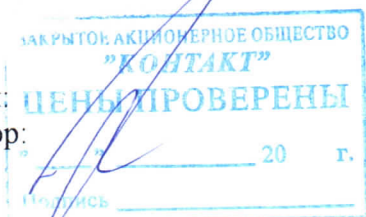
|                                             |                 |        |       |       |        |        |      |      |       |     |       |        |       |      |       |
|---------------------------------------------|-----------------|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-----|-------|--------|-------|------|-------|
| Салат «Витаминный»                          | 60              | 16-76  | 0,04  | 3,12  | 3,94   | 47,0   | 0    | 0    | 2,78  | 58  | 2,0   | 4,8    | 2,2   | 0,06 | 23,4  |
| Суп картофельный с перловой крупой с птицей | 210<br>(200/10) | 28-83  | 7,39  | 8,16  | 10,1   | 128,65 | 0    | 0,03 | 1,18  | 13  | 75,91 | 87,43  | 15,72 | 0,52 | 76,48 |
| Шницель рыбный                              | 90              | 72-83  | 9,29  | 7,13  | 3,18   | 145,1  | 0,09 | 0,3  | 1,55  | 87  | 97,19 | 78,43  | 12,88 | 0,22 | 111,0 |
| Картофельное пюре с маслом                  | 150             | 42-37  | 4,27  | 7,78  | 18,6   | 132,91 | 0,13 | 0,15 | 0,16  | 25  | 39,0  | 0      | 0     | 0,1  | 47,0  |
| Сок                                         | 200             | 39-60  | 0     | 0     | 23,0   | 90,0   | 0    | 0    | 1,8   | 0   | 16,0  | 14,0   | 10,0  | 0,2  | 124,0 |
| Хлеб пшеничный йодированный                 | 65              | 11-00  | 3,36  | 0,96  | 51,11  | 174,84 | 0,1  | 0,01 | 0     | 12  | 38,4  | 164,34 | 30,6  | 2,4  | 1,87  |
| Хлеб ржано-пшеничный                        | 56              | 8-61   | 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 :                            | 831             | 220-00 | 26,95 | 27,65 | 117,25 | 822,5  | 0,42 | 0,49 | 21,0  | 245 | 385,0 | 385,0  | 85,5  | 4,2  | 385,0 |

**Полдник :**

|                                 |     |        |     |     |      |       |      |      |      |    |       |       |       |      |       |
|---------------------------------|-----|--------|-----|-----|------|-------|------|------|------|----|-------|-------|-------|------|-------|
| Кисломолочная пищевая продукция | 200 | 40-05  | 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 творожная               | 50  | 17-86  | 4,0 | 5,4 | 18,2 | 85,0  | 0,03 | 0,03 | 1,98 | 70 | 10,43 | 14,9  | 8,63  | 0,3  | 25,5  |
| Груша                           | 130 | 82-09  | 0,4 | 0   | 11,8 | 52,0  | 0,03 | 0,01 | 2,62 | 0  | 11,66 | 9,1   | 10,54 | 0,71 | 43,5  |
| Итого:                          | 380 | 140-00 | 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 8,73 770,0

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»:



Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 06 февраля 2026 г.  
По основному меню 11 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     | ккал   | мг   | мг   | мг    | рет.экв<br>сут | мг     | мг     | мг    | мг   | мг     |
| Макаронные изделия отварные с сыром | 250   | 63-15  | 7,47 | 7,87  | 25,07 | 206,93 | 0,09 | 0,1  | 3,9   | 49             | 147,25 | 120,13 | 28,67 | 2,2  | 199,84 |
| Блинчик со сгущенным молоком        | 75    | 36-61  | 9,85 | 12,15 | 27,0  | 295,65 | 0,17 | 0,17 | 12,95 | 160            | 73,6   | 56,16  | 16,95 | 1,33 | 25,62  |
| Кофейный напиток с молоком          | 200   | 37-00  | 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         | 30    | 5-08   | 1,68 | 0,48  | 22,68 | 87,42  | 0,08 | 0,06 | 0     | 6              | 18,75  | 91,87  | 18,38 | 0,88 | 0,94   |
| Расчётная цена:                     | 555   | 141-84 | 22,5 | 23,0  | 95,75 | 680,0  | 0,36 | 0,4  | 17,5  | 225            | 300,0  | 300,0  | 75,0  | 4,5  | 300,0  |
| Итого:                              |       | 140-00 |      |       |       |        |      |      |       |                |        |        |       |      |        |

Обед :

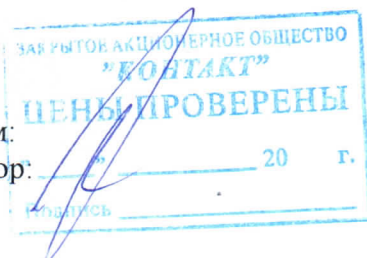
|                                             |          |        |      |      |        |        |      |      |       |     |        |        |       |      |       |
|---------------------------------------------|----------|--------|------|------|--------|--------|------|------|-------|-----|--------|--------|-------|------|-------|
| Салат «Витаминный»                          | 100      | 19-50  | 0,06 | 5,2  | 6,56   | 78,0   | 0    | 0    | 3,19  | 83  | 3,0    | 6,0    | 3,6   | 0,1  | 39,0  |
| Суп картофельный с перловой крупой с птицей | 260      | 27-47  | 9,23 | 8,74 | 11,53  | 144,49 | 0    | 0,06 | 1,24  | 16  | 77,94  | 90,26  | 19,08 | 0,63 | 81,55 |
|                                             | (250/10) |        |      |      |        |        |      |      |       |     |        |        |       |      |       |
| Шницель рыбный                              | 100      | 80-72  | 9,83 | 7,21 | 3,3    | 149,27 | 0,1  | 0,3  | 1,65  | 99  | 104,1  | 91,4   | 14,3  | 0,36 | 115,3 |
| Картофельное пюре с маслом                  | 180      | 45-91  | 5,12 | 9,34 | 23,32  | 159,4  | 0,15 | 0,19 | 0,19  | 30  | 44,23  | 0      | 0     | 0,34 | 56,4  |
| Сок                                         | 200      | 21-64  | 0    | 0    | 23,0   | 90,0   | 0    | 0    | 1,8   | 0   | 16,0   | 14,0   | 10,0  | 0,2  | 124,0 |
| Хлеб пшеничный йодированный                 | 70       | 11-84  | 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       | 12-92  | 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 :                            | 994      | 220-00 | 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:                                      |          | 220-00 |      |      |        |        |      |      |       |     |        |        |       |      |       |

Полдник :

|                                 |     |        |     |     |      |       |      |      |      |    |       |       |       |     |       |
|---------------------------------|-----|--------|-----|-----|------|-------|------|------|------|----|-------|-------|-------|-----|-------|
| Кисломолочная пищевая продукция | 200 | 40-05  | 3,3 | 2,5 | 3,5  | 98,0  | 0,05 | 0,09 | 1,15 | 40 | 82,36 | 79,92 | 14,99 | 0,7 | 45,6  |
| Булочка творожная               | 75  | 27-35  | 5,3 | 6,7 | 23,0 | 122,0 | 0,04 | 0,05 | 2,98 | 50 | 22,43 | 27,9  | 10,63 | 0,9 | 35,5  |
| Груша                           | 130 | 72-60  | 0,4 | 0   | 11,8 | 52,0  | 0,04 | 0,02 | 2,87 | 0  | 15,21 | 12,18 | 4,38  | 0,2 | 38,9  |
| Итого:                          | 405 | 140-00 | 9,0 | 9,2 | 38,3 | 272,0 | 0,13 | 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

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»



Согласовано :  
Директор школы:

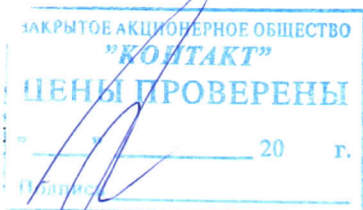


Меню дополнительного питания  
на 06 февраля 2026 г.

Школа № 43

|                                            | Масса<br>порции | Калорийность<br>порции | Цена  |
|--------------------------------------------|-----------------|------------------------|-------|
| <b>Завтрак:</b>                            |                 |                        |       |
| Макаронные изделия отварные с сыром        | 250             | 206,93                 | 63-15 |
| Блинчик со сгущённым молоком               | 75              | 295,65                 | 36-61 |
| <b>Выпечка:</b>                            |                 |                        |       |
| Пицца «Купеческая»                         | 115             | 354,0                  | 64-33 |
| Рулет с сыром                              | 75              | 380,0                  | 34-60 |
| Пицца «Сырная»                             | 115             | 242,0                  | 58-00 |
| Мини тарты в ассортименте                  | 40              | 180,0                  | 61-74 |
| Колечки «Ковис» в ассортименте             | 40              | 150,0                  | 43-20 |
| Маффины : ММ «Ковис» в ассортименте        | 33,3            | 140,0                  | 27-36 |
| Мини рулет в ассортименте                  | 35              | 160,0                  | 37-80 |
| Пирожное «Песочное глазированное помадкой» | 80              | 384,0                  | 75-60 |
| Пирожное «Воздушное»                       | 25              | 426,0                  | 39-69 |
| Слойка в ассортименте                      | 90              | 269,0                  | 54-26 |
| Рулетик с маком                            | 65              | 277,0                  | 54-26 |
| <b>Обед:</b>                               |                 |                        |       |
| <b>Первые блюда:</b>                       |                 |                        |       |
| Суп картоф. с перловой крупой с птицей     | 250/10          | 144,49                 | 27-47 |
| <b>Вторые блюда:</b>                       |                 |                        |       |
| Шницель рыбный                             | 100             | 149,27                 | 80-72 |
| <b>Гарниры :</b>                           |                 |                        |       |
| Картофельное пюре с маслом                 | 180             | 159,4                  | 45-91 |
| <b>Напитки:</b>                            |                 |                        |       |
| Чай с сахаром                              | 200             | 65,0                   | 3-07  |
| Кофейный напиток                           | 200             | 90,0                   | 37-00 |
| Сок в ассортименте (1 пачка)               | 200             | 90                     | 39-60 |
| Вода питьевая «Trī vi» (негазированная)    | 500             |                        | 61-17 |
| Молоко ультрапастеризованное (1 пачка)     | 200             | 60,0                   | 42-00 |
| Ряженка                                    | 200             | 98,0                   | 40-05 |
| Груша                                      | 100             | 52,0                   | 35-42 |

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»



Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 07 февраля 2026 г.  
По основному 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      |
|-----------------------------|--------|--------|-------|------|-------|--------|------|------|-------|----------------|--------|--------|-------|------|--------|
|                             | г      |        | г     | г    | г     | ккал   | мг   | мг   | мг    | рет.экв<br>сут | мг     | мг     | мг    | мг   | мг     |
| Котлета «Домашняя»          | 100    | 96-27  | 14,54 | 15,0 | 14,07 | 200,16 | 0,07 | 0,23 | 0,47  | 113            | 168,55 | 39,87  | 13,04 | 0,45 | 152,47 |
| Гречка отварная с маслом    | 180    | 28-45  | 4,4   | 7,04 | 20,32 | 240,0  | 0,18 | 0,16 | 2,27  | 90             | 85,0   | 86,0   | 20,0  | 0,8  | 109,0  |
| Чай с сахаром, с лимоном    | 200/10 | 10-41  | 0,2   | 0    | 16,0  | 65,0   | 0    | 0    | 14,76 | 10             | 8,05   | 9,79   | 5,24  | 0    | 36,66  |
| Хлеб пшеничный йодированный | 60     | 10-15  | 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    | 145-28 | 22,5  | 23,0 | 95,75 | 680,0  | 0,35 | 0,4  | 17,5  | 225            | 300,0  | 300,0  | 75,0  | 4,13 | 300,0  |
| Итого :                     |        | 140-00 |       |      |       |        |      |      |       |                |        |        |       |      |        |

Обед :

|                             |     |        |       |       |        |       |      |      |       |     |        |       |       |      |        |
|-----------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|-------|------|------|-------|-----|--------|-------|-------|------|--------|
| Салат «Морковный»           | 100 | 22-55  | 0,2   | 5,13  | 6,74   | 79,0  | 0    | 0    | 1,25  | 122 | 5,75   | 4,6   | 3,85  | 0,3  | 37,0   |
| Суп картофельный с клёцками | 250 | 23-42  | 6,86  | 9,63  | 20,7   | 180,5 | 0,02 | 0,25 | 1,5   | 0   | 55,9   | 91,7  | 7,18  | 0,85 | 54,13  |
| Капуста тушёная с мясом     | 200 | 140-91 | 17,74 | 15,89 | 34,83  | 300,8 | 0,23 | 0,3  | 3,51  | 108 | 174,02 | 99,7  | 32,07 | 0,96 | 123,43 |
| Напиток из шиповника        | 200 | 11-74  | 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  | 8-46   | 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  | 12-92  | 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 :            | 884 | 220-00 | 31,5  | 32,2  | 134,05 | 952,0 | 0,49 | 0,56 | 24,5  | 315 | 420,0  | 420,0 | 105,0 | 6,5  | 420,0  |
| Итого :                     |     | 220-00 |       |       |        |       |      |      |       |     |        |       |       |      |        |

Полдник :

|                       |     |        |     |     |      |       |      |      |      |      |       |       |       |      |       |
|-----------------------|-----|--------|-----|-----|------|-------|------|------|------|------|-------|-------|-------|------|-------|
| Кисломолочный продукт | 200 | 41-17  | 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  |
| Кондитерское изделие  | 38  | 15-53  | 5,3 | 6,7 | 25,8 | 122,0 | 0,06 | 0,04 | 1,42 | 80,0 | 15,7  | 20,0  | 11,17 | 0,68 | 63,35 |
| Апельсин              | 130 | 83-30  | 0,4 | 0   | 9,0  | 52,0  | 0,02 | 0,02 | 4,18 | 10   | 16,39 | 14,0  | 13,0  | 0,41 | 15,65 |
| Итого:                | 368 | 140-00 | 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 12,43 840,0

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Утверждаю :  
Директор ЗАО «Контакт»



Согласовано :  
Директор школы:



Меню дополнительного питания  
на 07 февраля 2026 г.

Школа № 43

|                                            | Масса<br>порции | Калорийность<br>порции | Цена   |
|--------------------------------------------|-----------------|------------------------|--------|
| <b>Завтрак:</b>                            |                 |                        |        |
| Котлета «Домашняя»                         | 100             | 200,16                 | 96-27  |
| Гречка отварная с маслом                   | 180             | 240,0                  | 28-45  |
| <b>Выпечка:</b>                            |                 |                        |        |
| Булочка «Дорожная »                        | 100             | 251,9                  | 45-75  |
| Пицца «Сырная»                             | 115             | 242,0                  | 58-00  |
| Мини тарты в ассортименте                  | 40              | 180,0                  | 61-74  |
| Колечки «Ковис» в ассортименте             | 40              | 150,0                  | 43-20  |
| Маффины : ММ «Ковис» в ассортименте        | 33,3            | 140,0                  | 27-36  |
| Мини рулет в ассортименте                  | 35              | 160,0                  | 37-80  |
| Пирожное «Песочное глазированное помадкой» | 80              | 384,0                  | 75-60  |
| Пирожное «Воздушное»                       | 25              | 426,0                  | 39-69  |
| Слойка в ассортименте                      | 90              | 269,0                  | 54-26  |
| Рулетик с маком                            | 65              | 277,0                  | 54-26  |
| <b>Обед:</b>                               |                 |                        |        |
| <b>Первые блюда:</b>                       |                 |                        |        |
| Суп картофельный с клецками                | 250             | 180,5                  | 23-42  |
| <b>Вторые блюда:</b>                       |                 |                        |        |
| Капуста тушёная с мясом                    | 200             | 300,8                  | 140-91 |
| <b>Напитки:</b>                            |                 |                        |        |
| Чай с сахаром                              | 200             | 65,0                   | 3-07   |
| Чай с сахаром, с лимоном                   | 200/10          | 65,0                   | 10-41  |
| Сок в ассортименте (1 пачка)               | 200             | 90,0                   | 39-60  |
| Вода питьевая «Trí vi» (негазированная)    | 500             |                        | 61-17  |
| Молоко ультрапастеризованное (1 пачка)     | 200             | 60,0                   | 42-00  |
| Кефир                                      | 200             | 98,0                   | 41-17  |
| Апельсин                                   | 100             | 52,0                   | 38-64  |
| Мандарин                                   | 100             | 52,0                   | 28-98  |

Зав. пр-вом:  
Калькулятор:

