

Утверждаю :
Директор ЗАО «Контакт»



Согласовано :
Директор школы:

**Фактическое меню на 09 сентября 2025 г.
По основному меню 8 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 43**

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рет. экв суг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	K мг
Котлета «Домашняя»	100	89-85	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	13-67	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	11-68	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	7-92	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	123-12	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:		120-00													
Обед :															
Салат «Витаминный»	100	17-60	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
Щи из свежей капусты с птицей, со сметаной	255 (250/5)	26-72	9,34	7,94	20,93	161,2	0,14	0,24	0,72	163	16,87	86,78	5,35	0,23	88,9
Рыба запечённая по-гречески	100	89-28	10,08	9,79	5,79	127,55	0,08	0,12	0,88	65	129,8	16,2	17,15	0,61	91,24
Рис отварной	180	27-23	3,22	8,76	17,2	160,71	0,01	0,17	2,86	0	65,2	71,64	9,5	0,16	0
Компот из изюма	200	11-18	0	0	24,89	90,0	0	0	1,8	0	26,0	14,0	10,0	0,1	202,0
Хлеб пшеничный йодированный	60	9-50	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	12-10	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 :	979	193-61	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:		190-00													
Полдник :															
Кисломолочная пищевая продукция	200	37-71	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	37-85	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
Банан	120	44-44	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:	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
Всего :															
			53,0	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:



В.В. Мещеряков

Согласовано :
Директор школы:

Меню дополнительного питания
на 09 сентября 2025 г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
Завтрак:			
Котлета «Домашняя»	100	200,3	89-85
Макаронные изделия отварные	200	247,0	13-67
Выпечка:			
Пицца «Купеческая»	115	354,0	58-68
Рулет с сыром	75	380,0	34-30
Пицца «Сырная»	115	242,0	48-81
Мини тарты в ассортименте	40	180,0	60-48
Колечки «Ковис» в ассортименте	40	150,0	42-30
Маффины : ММ «Ковис» в ассортименте	33,3	140,0	26-82
Мини рулет в ассортименте	35	160,0	37-08
Пирожное «Песочное глазированное помадкой»	80	384,0	68-40
Пирожное «Воздушное»	25	426,0	36-00
Обед:			
Первые блюда:			
Щи из св. капусты с птицей со сметаной	255	161,2	26-72
Вторые блюда:			
Рыба запечённая по-гречески	100	127,55	89-28
Гарниры:			
Рис отварной	180	160,71	27-23
Напитки:			
Чай с шиповником	200	87,0	11-68
Чай с сахаром	200	65,0	3-14
Компот из изюма	200	90,0	11-18
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	90,0	37-80
Вода питьевая «Trü vi» (негазированная)	500		58-14
Молоко ультрапастеризованное (1 пачка)	200	60,0	39-75

Зав. пр-вом:
Калькулятор:

В.В. Мещеряков



Согласовано :
Директор школы:

Фактическое меню на 10 сентября 2025 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	Ca	P	Mg	Fe	K
г		г	г	г	ккал	мг	мг	мг	ред. экв. сут	мг	мг	мг	мг	мг
200	51-45	3.3	2.5	3.5	98.0	0.06	0.1	1.4	0	87.91	86.0	5.83	0.712	41.0
150	55-94	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
207 (200/7)	7-86	0.2	0	16.0	65.0	0	0	12.82	0	8.05	9.79	5.24	0	36.36
30	4-75	1.68	0.48	22.68	87.42	0.08	0.008	0	6	18.75	87.0	18.38	0.878	0.94
587	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 :

Огурцы солёные /порциями/ с растительным маслом

60 31-80 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 29-62 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
(200/6)

Птица тушёная с картофелем

170 104-38 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 сухофруктов

200 8-22 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 7-92 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 8-06 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 :

742 190-00 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 :

Сок

200 37-80 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 25-00 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 57-20 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:

390 120-00 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

Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Утверждаю
Директор

«10» 09 2010г.

Фактически

Для обучающихся д

Согласовано :
Директор школы:

Фактическое меню на 10 сентября 2025 г.

По основному меню 9 день

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

[illegible]

Обед :

[illegible]

Полдник :

Сок	200	37-80	9	0	11,8	90,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	89,4
Рулет с творогом	70	29-92	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
Груша	120	52-28	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10	36,39	44,0	13,0	0,41	15,63
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

Bcero :

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



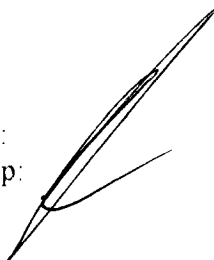
Согласовано :
Директор школы:

Меню дополнительного питания
на 10 сентября 2025г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
Завтрак:			
Омлет натуральный	200	400,44	64-55
Йогурт «Фруктовый»	200	98,0	51-45
Йогурт «Хорская Бурёнка»	200	98,0	49-50
Выпечка:			
Булочка «Дорожная»	100	251,9	45-67
Пицца «Сырная»	115	242,0	48-81
Пицца «Купеческая»	115	354,0	58-68
Рулет с сыром	75	137,0	34-30
«Синнабоны»	75	200,5	41-80
Мини тарты в ассортименте	40	180,0	60-48
Колечки «Ковис» в ассортименте	40	150,0	42-30
Маффины : ММ «Ковис» в ассортименте	33,3	140,0	26-82
Мини рулет в ассортименте	35	160,0	37-08
Пирожное «Песочное глазированное помадкой»	80	384,0	68-40
Пирожное «Воздушное»	25	426,0	36-00
Обед:			
Первые блюда:			
Суп «Харчо» с мясом	256	142,9	31-91
Вторые блюда:			
Птица тушёная с картофелем	200	290,0	105-53
Напитки:			
Чай с сахаром	200	65,0	3-14
Чай с сахаром с лимоном	200/10	65,0	9-88
Компот из смеси сухофруктов	200	116,5	8-22
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	90,0	37-80
Вода питьевая «Тгі vi» (негазированная)	500		58-14
Груша	100	52,0	35-42

Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Утверждаю :

Директор ЗАО «Конаково»

Согласовано :

Директор школы:



Фактическое меню на 11 сентября 2025 г.

По основному меню 9 день

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

Завтрак:

Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe	K
г	г	г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рети- екв	мг	мг	мг	мг	мг

Каша жидкая молочная из риса с маслом

150	25-69	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	3-14	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	7-92	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
-----	--------	-------	-------	-------	-------	-----	------	------	-----	-------	-------	------	-----	-------

Обед :

Салат «Мозайка»

60	14-12	0.16	5.15	5.44	73.0	0	0	0.91	0	4.0	6.0	3.5	0.08	36.75
----	-------	------	------	------	------	---	---	------	---	-----	-----	-----	------	-------

Борщ «Сибирский» со сметаной

200	18-09	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
-----	-------	------	-----	------	--------	------	------	------	----	-------	-------	------	------	-------

Биточки мясные

90	90-37	6.31	9.5	10.1	136.0	0.02	0.19	2.81	163	86.54	50.74	10.23	1.08	19.6
----	-------	------	-----	------	-------	------	------	------	-----	-------	-------	-------	------	------

Пюре гороховое

150	15-22	10.95	7.78	32.15	136.65	0.14	0.21	0	0	44.4	60.8	13.92	0.25	179.87
-----	-------	-------	------	-------	--------	------	------	---	---	------	------	-------	------	--------

Сок

200	37-80	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	6-34	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	8-06	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	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 :

Кисломолочный пищевой продукт

200	37-82	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

75	45-05	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	37-13	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:

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	119.0
-----	--------	-----	-----	------	-------	------	------	-----	----	-------	-------	------	-----	-------

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 ЗКО



Согласовано:
Директор школы:

Фактическое меню на 11 сентября 2025 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	Ca	P	Mg	Fe	K	
г		г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рети. экв. су1	мг	мг	мг	мг	мг	
Каша жидкая молочная из риса с маслом	200	28-79	13,64	15,34	13,0	290,16	0,2	0,34	15,7	186	133,55	101,11	9,04	0,84	144,17
Творожок	100	83-25	5,3	6,7	7,2	150,0	0,05	0,05	0,4	27	120,0	24,76	24,0	0,48	117,0
Чай с сахаром	200	3-14	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	9-50	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	124-68	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:		120-00													

Обед :

Салат «Мозайка»	100	18-82	0,38	5,5	6,94	82,57	0	0	1,05	0	4,8	6,0	5,25	0,11	61,25
Борщ «Сибирский» со сметаной	250	21-22	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
Биточки мясные	100	93-78	7,48	12,12	10,98	137,6	0,02	0,2	2,97	200	87,14	51,0	17,41	1,11	20,0
Пюре гороховое	180	16-99	11,0	7,9	39,16	170,65	0,15	0,24	0	0	44,7	71,1	14,0	1,0	181,0
Сок	200	20-88	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	7-92	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	12-10	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	191-71	31,5	32,2	138,71	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,6	421,15
Итого:		190-00													

Полдник :

Кисломолочный пищевой продукт	200	37-82	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	48-37	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	110	33-81	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:	410	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	118,85

Всего : 63,0 64,4 268,57 1904,0 0,98 1,12 49,0 630 840,0 840,0 210,0 12,6 840,0

Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Утверждено:
Директор школы:



Согласовано:
Директор школы:

Меню дополнительного питания
на 11 сентября 2025 г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
Завтрак:			
Каша жидкая молочная из риса с маслом	200	290,16	28-79
Творожок «Радужный»	100	150,0	83-25
Выпечка:			
Пицца «Купеческая»	115	354,0	58-68
Рулет с сыром	75	380,0	34-30
Пицца «Сырная»	115	242,0	48-81
Мини тарты в ассортименте	40	180,0	60-48
Колечки «Ковис» в ассортименте	40	150,0	42-30
Маффины : ММ «Ковис» в ассортименте	33,3	140,0	26-82
Мини рулет в ассортименте	35	160,0	37-08
Пирожное «Песочное глазированное помадкой»	80	384,0	68-40
Пирожное «Воздушное»	25	426,0	36-00
Обед:			
Первые блюда:			
Борщ «Сибирский» со сметаной	250	169,48	21-22
Вторые блюда:			
Биточки мясные	100	137,6	93-78
Гарниры:			
Пюре гороховое	180	170,65	16-99
Напитки:			
Чай с сахаром	200	65,0	3-14
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	101,0	37-80
Вода питьевая «Tri vi» (негазированная)	500		58-14
Молоко ультрапастеризованное (1 пачка)	200	60,0	39-75
Варенец	200	98,0	37-82
Яблоко	100	52,0	35-42

Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Утверждаю :
Директор ЗАО



Согласовано :
Директор школы:

Фактическое меню на 12 сентября 2025 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	Ca	P	Mg	Fe	K
г		г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
св с маслом														
200	56-05	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
75	36-51	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
200	23-48	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
25	3-96	1,4	0,4	18,9	72,85	0,05	0,01	0	5	16,0	78,0	15,3	1,2	0,78
500	120-00	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 «Здоровье»	60	17-36	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 (200/10)	22-95	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	70-20	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	40-25	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	20-88	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	10-30	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	8-06	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	190-00	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 :

Молоко (кипячённое)	200	40-37	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	50	17-16	4.0	5.4	18.2	85.0	0.03	0.03	1.98	30	12.43	14.9	5.63	0.3	25.5
Банан	130	62-47	0.4	0	11.8	52.0	0.04	0.02	2.87	0	15.21	15.18	4.38	0.2	38.9
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

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 школы



Согласовано:
Директор школы.

Фактическое меню на 12 сентября 2025 г.
По основному меню 11 день
для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 43

Завтрак:

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	рети-экв	мг	мг	мг	мг	мг
										сут					
Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	250	56-60	7,47	7,87	25,07	216,73	0,09	0,1	3,9	49	147,25	120,13	28,67	2,2	199,84
Блинчик со сгущенным молоком	75	36-51	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	23-48	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	4-75	1,68	0,48	22,68	87,42	0,08	0,06	0	6	18,75	91,87	18,38	0,88	0,9
Расчётная цена	555	121-34	22,5	23,0	95,75	689,8	0,36	0,4	17,5	225	300,0	300,0	75,0	4,5	300,0
Итого:		120-00													

Обед :

Салат «Здоровье»	100	18-53	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 (250+10)	23-56	9,23	8,74	11,53	144,49	0	0,06	1,23	16	77,94	90,26	19,08	0,63	81,55
Шницель рыбный	100	71-20	9,83	7,21	3,3	149,27	0,1	0,3	1,65	99	104,1	91,4	14,3	0,36	115,4
Картофельное пюре с маслом	180	41-07	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	20-88	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	11-09	3,36	0,56	55,36	174,84	0,1	0,01	0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,87
Хлеб ржано-пшеничный	84	12-10	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	198-43	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													

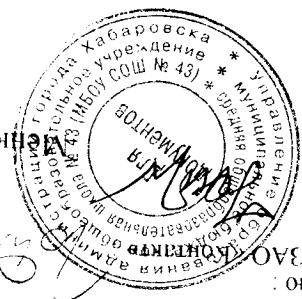
Полдник :

Молоко (кипячённое)	200	40-37	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	1,15	40	82,36	79,92	14,99	0,7	45,5
Булочка творожная	75	26-19	5,3	3,7	23,0	122,0	0,04	0,05	2,98	50	22,43	24,9	10,63	0,9	35,5
Банан	120	53-44	0,4	0	14,8	52,0	0,04	0,02	2,87	0	15,21	15,18	4,38	0,2	38,9
Итого:	395	120-00	9,0	6,2	38,3	272,0	0,13	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0

Всего : 63,0 64,4 268,3 1904,0 0,98 1,12 49,0 630 840,0 840,0 210,0 12,6 840,0

Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Утверждено:
Директор ЗАО «Копитак»



на 12 сентября 2025 г.
Школа № 43
Исполнительного питания

Составлено:
Директор школы:

Завтрак:

Цена	Калорийность	Масса	порции
56-60	216,73	250	75
36-51	295,65		

Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом
Блинчик со стужённым молоком

Выпечка:

58-68	354,0	115	75
34-30	380,0	115	75
48-81	242,0	40	40
60-48	180,0	40	40
42-30	150,0	33,3	35
26-82	140,0	35	80
37-08	160,0	35	80
68-40	384,0	80	25
36-00	426,0	25	

Пирожное «Воздушное»
Пирожное «Песочное глазированное помадкой»
Мини рулет в ассортименте
Маффины: ММ «Ковис» в ассортименте
Колечки «Ковис» в ассортименте
Мини тарты в ассортименте
Пицца «Сырная»
Рулет с сыром
Пицца «Купеческая»

Обед:
Первые блюда:

23-56	144,49	230/10	100
-------	--------	--------	-----

Суп картоф. с перловой крупой с птицей

Вторые блюда:

71-20	149,27	100	180
41-07	159,4	180	

Картофельное пюре с маслом

Гарниры:

3-14	65,0	200	200
23-48	90,0	200	200
37-80	90	200	200
58-14	60,0	200	200
39-75	60,0	200	200
40-37	98,0	200	200
31-88	52,0	160	

Чай с сахаром
Кофейный напиток
Сок в ассортименте (1 пачка)
Вода питьевая «Tri vi» (негазированная)
Молоко ультрапастеризованное (1 пачка)

Молоко (кitchenное)

Банан

Зав. пр-вом
Калькулятор:

[Handwritten signature]

[illegible]

W. D. Macgill

Фактическое меню на 13 сентября 2025 г.
По основному меню 12 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 43

[illegible]

Обед :

[illegible]

Полдник :

Кисломолочный продукт	200	37-70	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	19-56	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	62-74	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	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 :

68.0	64.4	268.1	1904.0	0.98	1.12	49.0	630	840.0	840.0	210.0	12.43	840.0
------	------	-------	--------	------	------	------	-----	-------	-------	-------	-------	-------



Утверждаю
Директор

Согласовано :
Директор школы _____



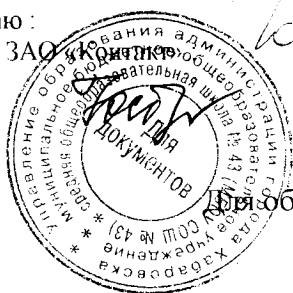
Меню дополнительного питания
на 13 сентября 2025 г.

Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
Завтрак:			
Наггетсы	100	200,16	82-11
Гречка отварная с маслом	180	240,0	22-58
Выпечка:			
Булочка «Дорожная»	100	251,9	45-67
Пицца «Сырная»	115	242,0	48-81
Мини тарты в ассортименте	40	180,0	60-48
Колечки «Ковис» в ассортименте	40	150,0	42-30
Маффины 1 ММ «Ковис» в ассортименте	33,3	140,0	26-82
Мини рулет в ассортименте	35	160,0	37-08
Пирожное «Песочное глазированное помадкой»	80	384,0	68-40
Пирожное «Воздушное»	25	426,0	36-00
Обед:			
Первые блюда:			
Суп картофельный с клёцками	250	180,5	13-34
Вторые блюда:			
Капуста тушёная с мясом	200	300,8	125-31
Напитки:			
Чай с сахаром	200	65,0	3-14
Чай с сахаром, с лимоном	200/10	65,0	9-88
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	90,0	37-80
Вода питьевая «Тгі vi» (негазированная)	500		58-14
Молоко ультрапастеризованное (1 пачка)	200	60,0	39-75
Кефир	200	122,0	37-70
Апельсин	100	52,0	38-64
Груша	100	52,0	35-42

Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Утверждаю :
Директор ЗАО «Солнечный»



Согласовано :
Директор школы:

Фактическое меню на 08 сентября 2025 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	Ca	P	Mg	Fe	K
	г		г	г	г	ккал	мг	мг	мг	реп. экв	мг	мг	мг	мг	мг
Каша пшеничная молочная с маслом	200	30-87	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
Сыр порциями	15	22-72	3.78	2.78	0	31.5	0	0	0.18	13	108.0	0	5.6	0.07	13.0
Кондитерское изделие	54	53-01	4.0	5.0	10.0	90.0	0.05	0	0	40	0	14.0	7.0	0.2	80.0
Чай с сахаром. с лимоном	207 (200.7)	7-86	0.2	0	16.0	65.0	0	0	12.82	10	8.05	9.79	5.24	0	36.66
Хлеб пшеничный йодированный	35	5-54	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:	511	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 :

Ассорти из овощей	60	17-34	0.61	0.19	4.61	25.1	0	0	4.16	140	1.4	13.58	0.025	0.035	0.15
Суп картофельный с гречневой крупой, с мясом	206 (200.6)	29-81	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	89-07	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	37-80	0.16	0	21.6	87.0	0	0	3.24	0	133.6	24.9	21.0	0.7	202.1
Хлеб пшеничный йодированный	50	7-92	2.8	0.8	37.8	145.7	0.1	0.01	0	10	32.0	156.0	30.6	2.4	1.86
Хлеб ржано-пшеничный	56	8-06	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 :	732	190-00	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	35-16	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	49-17	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	35-67	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:	405	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	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 «Роснитул»



Согласовано:
Директор школы:

Фактическое меню на 08 сентября 2025 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	Ca	P	Mg	Fe	K
г		г	г	г	ккал	мг	мг	мг	ред. экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
ЮМ														
230	45-50	11.72	14.42	31.95	350.23	0.2	0.39	4.5	152	151.95	120.21	26.56	1.83	168.78
15	22-72	3.78	2.78	0	29.07	0	0	0.18	13	108.0	0	5.6	0.07	13.0
58	36-00	4.0	5.0	10.0	90.0	0.05	0	0	40	0	14.0	7.0	0.2	80.0
207	7-86	0.2	0	16.0	65.0	0	0	12.82	10	8.05	9.79	5.24	0	36.66
200/7)														
50	7-92	2.8	0.8	37.8	145.7	0.1	0.01	0	10	32.0	156.0	30.6	2.4	1.56
560	120-00	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	18-78	1.0	0.32	7.61	41.0	0	0	4.75	185	1.85	13.58	0.03	0.04	0.13
Суп картофельный с гречневой крупой с мясом	256 (250/6)	32-78	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
Пельмени мясные отв. с маслом	200	97-54	17.24	22.28	42.15	372.91	0.14	0.42	0.03	0	1.5	44.0	0	0	69.71
Сок	200	20-88	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	7-92	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	12-10	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 :	890	190-00	31.5	32.2	134.05	951.0	0.49	0.56	24.5	315	420.0	420.0	105.0	6.3	420.0

Итого:

190-00

Полдник :

Йогурт	200	43-95	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	43-20	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	120	42-50	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:	370	129-65	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 64.4 263.1 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 «Ковис»



Согласовано :

Директор школы:

Меню дополнительного питания
на 08 сентября 2025 г.

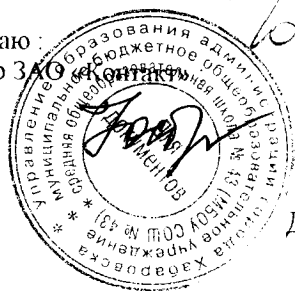
Школа № 43

	Масса порции	Калорийность порции	Цена
Завтрак:			
Каша пшеничная молочная с маслом	250	350,23	45-50
Сыр	15	29,07	22-72
Выпечка:			
Булочка дорожная	100	380,0	45-67
Пицца «Сырная»	115	242,0	48-81
Пицца «Купеческая»	115	354,0	58-68
Мини тарты в ассортименте	40	180,0	60-48
Колечки «Ковис» в ассортименте	40	150,0	42-30
Маффины : ММ «Ковис» в ассортименте	33,3	140,0	26-82
Мини рулет в ассортименте	35	160,0	37-08
Обед:			
Первые блюда:			
Суп картофельный с гречневой крупой с мясом	256	148,39	32-78
Вторые блюда:			
Пельмени отварные с маслом	200	373,91	97-54
Напитки:			
Чай с сахаром и лимоном	200/7	65,0	7-86
Чай с сахаром	200	65,0	3-14
Сок в ассортименте (1 пачка)	200	90,0	37-80
Вода питьевая «Trī vi» (негазированная)	500		58-14
Молоко ультрапастеризованное (1 пачка)	200	60,0	39-75

Зав. пр-вом:

Калькулятор:

Утверждаю:
Директор ЗАО «Контакт»



Согласовано:
Директор школы:

Фактическое меню на 09 сентября 2025 г.
По основному меню 7 день
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 43

Завтрак:

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	ред. экв. сут	мг	мг	мг	мг	мг
Котлета «Домашняя»	90	87-20	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
Макаронные изделия отварные	170	13-20	4.4	4.6	23.37	186.1	0.18	0.16	0	80	8.91	81.0	20.7	0.81	117.0
Чай с шиповником	200	11-68	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	7-92	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:	510	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	275.6

Обед :

Салат «Витаминный»	60	16-95	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
Щи из свежей капусты с птицей, со сметаной	205 (200-5)	30-13	7.79	6.36	19.28	145.35	0.11	0.23	0.18	120	15.35	85.78	4.6	0.19	69.46
Рыба запеченная по-гречески	100	89-28	10.08	9.79	5.79	127.55	0.08	0.12	0.88	65	129.8	16.2	17.15	0.61	91.24
Рис отварной	150	26-48	2.68	7.78	16.83	148.9	0.01	0.11	1.87	0	58.45	63.98	8.06	0.13	0
Компот из изюма	200	11-18	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	7-92	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	8-06	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 :	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 :

Кисломолочная пищевая продукция	200	37-71	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	27-85	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
Банан	130	54-44	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:	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

Всего :

53.9 53.3 234.5 1645.0 0.84 0.98 42.0 490 770.0 770.0 175.0 8.68 770.0

Зав. пр-вом:
Калькулятор: