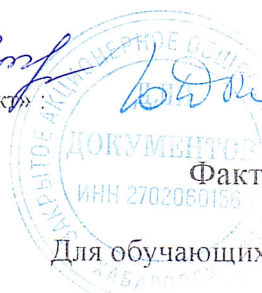


Утверждаю: 
Директор ЗАО «Контакт»



Фактическое меню на 08 сентября 2025 г.

По основному меню 6 день

Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 32

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. сут	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 :

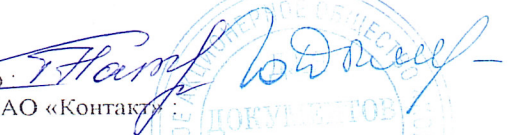
Ассорти из овощей	60	17-34	0,61	0,19	4,61	25,1	0	0	4,16	140	1,4	13,58	0,025	0,035	0,13
Суп картофельный с гречневой крупой, с мясом	206 (200/6)	29-81	5,31	6,43	10,33	120,01	0,11	0,13	0,04	45	100,03	127,52	21,775	0,365	146,62
Пельмени мясные отв. с маслом	160	89-07	15,47	19,73	39,59	340,69	0,11	0,35	0,03	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	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	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	3,0
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 «Контакты»



Фактическое меню на 08 сентября 2025 г.
По основному меню 7 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

Завтрак:	Выход г	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe	K
			г	г	г	ккал	мг	мг	мг	ред. экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Каша пшеничная молочная с маслом	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
Сыр порциями	15	22-72	3.78	2.78	0	29.07	0	0	0.18	13	108.0	0	5.6	0.07	13.0
Кондитерское изделие	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
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	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:	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	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 09 сентября 2025 г.
По основному меню 7 день
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 32

Завтрак:

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А ретиолв сут	Ca мг	P мг	Mg мг	Fe мг	K 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	275.0

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	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
(200/5)															
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

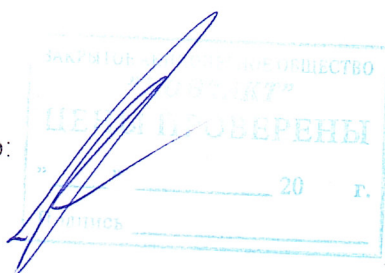
Полдник:

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 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:



Утверждено:
Директор ЗАО «Контакт»:



Фактическое меню на 09 сентября 2025 г.
По основному меню 8 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

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	рег.экв	мг	мг	мг	мг	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 :

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:



Утверждено:
Директор ЗАО «Контакт»

Утверждено:
Директор школы:

Фактическое меню на 10 сентября 2025 г.
По основному меню 8 день
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 32

Завтрак:

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 сут	мг	мг	мг	мг	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	0,712	41,0
Омлет натуральный	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
Чай с сахаром с лимоном	207 (200/7)	7-86	0,2	0	16,0	65,0	0	0	12,82	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	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
Расчётная цена:	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

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:



Утверждено:
Директор ЗАО «Контакт»

Согласовано:
Директор школы:



Фактическое меню на 10 сентября 2025 г.

По основному меню 9 день

Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 32

Завтрак:

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	регр. экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Йогурт	200	49-50	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	200	64-55	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	210 (200/10)	9-88	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	6-34	2.08	0.64	30.24	116.56	0.1	0.01	0	8	25.6	104.8	24.48	1.92	1.25
Расчётная цена:	650	130-27	22.5	23.0	95.75	680.0	0.35	0.4	17.5	225	300.0	300.0	75.0	4.5	300.0
Итого :		120-00													

Обед :

Салат «Дружба»	100	22-29	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 (250/6)	31-91	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
Птица тушёная с картофелем	200	105-53	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 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	70	11-09	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 :	910	191-14	31.5	32.2	134.05	952.0	0.49	0.56	24.5	315	420.0	420.0	105.0	6.3	420.0
Итого :		190-00													

Полдник :

Сок	200	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	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	15.65
Итого:	390	120-00	9.0	9.2	38.3	272.0	0.14	0.16	7.0	90	120.0	120.0	30.0	1.8	120.0

Всего :

63.0 64.4 268.1 1904.0 0.98 1.12 49.0 630 840.0 840.0 210.0 12.6 840.0

Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Утверждено:
Директор ЗАО «Контакт»:



Фактическое меню на 14 сентября 2025 г.

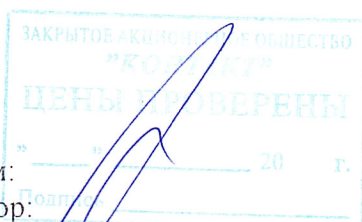
По основному меню 9 день

Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 32

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рети. экв сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	K 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	5,13	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	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 11 сентября 2025 г.
По основному меню 10 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 32

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рет. экв	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К 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	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	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 ЗАО «Контакт»

Согласовано: _____
Директор школы:



Фактическое меню на 12 сентября 2025 г.
По основному меню 10 день
Для обучающихся детей с 7-11 лет Школа № 32

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	мг	мг	мг	мг	мг
Каша молочная из овсяных хлопьев 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
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	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
Расчётная цена:	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

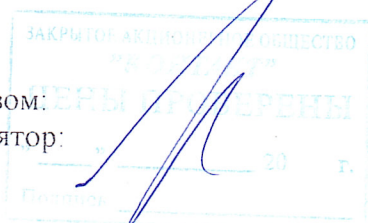
Полдник :

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: _____



Утверждено:
Директор ЗАО «Контакты»

Согласовано
Директор школы:

Фактическое меню на 12 сентября, 2025 г.

По основному меню 11 день

Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 32

Завтрак:	Выход г	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe	K
			г	г	г	ккал	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
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	0.94
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	115.3
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	0.96	55.36	174.84	0.1	0.01	0	12	38.4	164.34	36.72	2.88	1.87
Хлеб ржано-пшеничный	84	12-10	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	45.6
Булочка творожная	75	26-19	5.3	6.7	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	11.8	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	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:



Утверждено
Директор ЗАО «Контакт»

Согласовано
Директор школы



Фактическое меню на 13 сентября 2025 г.

По основному меню 12 день

Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

Завтрак:

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	ред. экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Наггетсы	100	82-11	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	22-58	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	210	9-88	0,2	0	16,0	65,0	0	0	14,76	10	8,05	9,79	5,24	0	36,66
	(200/10)														
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:	550	124-07	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 :		120-00													

Обед :

Салат «Морковный»	100	19-50	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 клецками	250	13-34	6.86	9.63	20.7	180.5	0.02	0.25	1.5	0	55.9	91.7	7.18	0.85	20.64
Капуста тушёная с мясом	200	125-31	17.74	15.89	34.83	300.8	0.23	0.3	3.51	108	174.02	99.7	32.07	0.96	156.92
Напиток из шиповника	200	11-83	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	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 :	884	190-00	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 :		190-00													

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	15.6
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 :

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:

