

Согласовано
Директор школы:



Фактическое меню на 24 марта 2025 г.

По основному меню 6 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 рет.экв сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Каша пшеничная молочная с маслом	200	26-62	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	22-28	3,78	2,78	0	31,5	0	0	0,18	13	108,0	0	5,6	0,07	13,0
Кондитерское изделие	54	58-46	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)	6-76	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	5-88	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

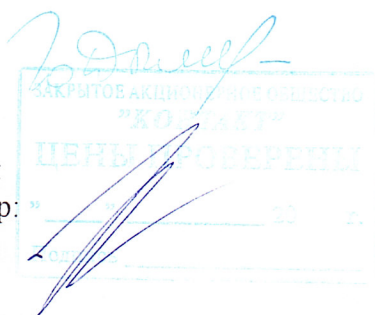
Обед :

Ассорти из овощей	60	23-45	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)	31-36	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	77-69	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	41-40	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	8-40	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	56	7-70	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	36-00	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	39-01	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	44-99	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

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано
Директор школы:



Фактическое меню на 24 марта 2025 г.

По основному меню 7 день

Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

Завтрак:

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рет.экв сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Каша пшеничная молочная с маслом	230	62-62	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	22-28	3,78	2,78	0	29,07	0	0	0,18	13	108,0	0	5,6	0,07	13,0
Кондитерское изделие	58	19-94	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)	6-76	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	8-40	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	29-21	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)	28-15	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	95-13	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	8-40	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	84	11-55	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	193-32	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

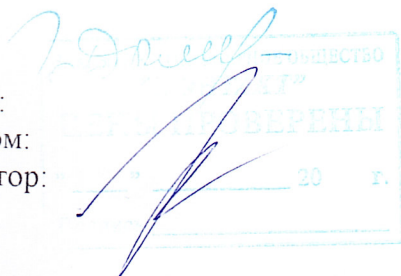
Полдник :

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	42-16	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	129-31	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0

Всего :

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

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано
Директор школы:



**Фактическое меню на 25 марта 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 рет.экв сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Котлета «Домашняя»	90	86-16	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	13-57	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	11-87	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	8-40	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	13-47	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	31-07	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	94-15	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	24-97	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	10-24	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	8-40	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	56	7-70	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

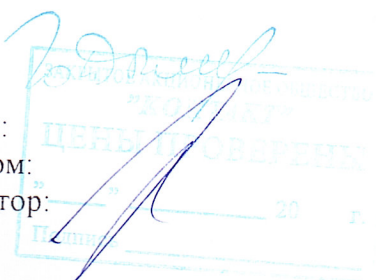
Полдник :

Кисломолочная пищевая продукция	200	36-41	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	27-68	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	55-91	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

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



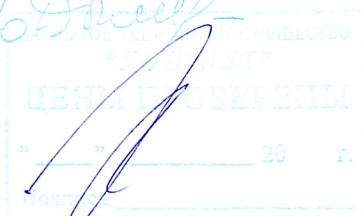
Согласовано
Директор школы:



Фактическое меню на 25 марта 2025 г.
По основному меню 8 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 сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Котлета «Домашняя»	100	88-25	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	14-01	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	11-87	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	8-40	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	122-53	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	16-88	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)	29-33	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	94-15	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	26-94	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	10-24	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	10-08	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	11-55	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	199-17	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	36-41	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	37-57	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	120	46-02	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

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Фактическое меню на 26 марта 2025 г.
По основному меню 8 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 рет.экв сут	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Йогурт	200	55-50	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	52-70	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)	6-76	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	5-04	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	24-96	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	31-66	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	108-76	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	8-52	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	8-40	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	56	7-70	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	41-40	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	25-38	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	53-22	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

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Фактическое меню на 26 марта 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	Ca	P	Mg	Fe	K
	г		г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Йогурт	200	48-00	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	67-02	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)	8-23	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	6-72	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	129-97	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	22-51	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)	31-00	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	109-21	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	8-52	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	11-76	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	11-55	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	194-55	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	41-40	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	30-35	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	48-25	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

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

