

Согласовано  
Директор школы:



Фактическое меню на 27 января 2025 г.

По основному меню 6 день

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

| 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 пшеничная молочная с маслом              | 200        | 32-89  | 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         | 52-67  | 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        | 6-28   | 0,2    | 0      | 16,0   | 65,0        | 0        | 0        | 12,82   | 10                  | 8,05     | 9,79    | 5,24     | 0        | 36,66   |
| (200/7)                                       |            |        |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| 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         | 18-43  | 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        | 28-50  | 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  |
| (200/6)                                       |            |        |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| Пельмени мясные отв. с маслом                 | 160        | 85-57  | 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 :                                     |            |        |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| Кисломолочный пищевой продукт                 | 180        | 32-40  | 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    |
| Пирожок печеный с фаршем картофельным с луком | 50         | 13-75  | 3,6    | 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        | 73-85  | 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:                                        | 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   | 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:

29

Согласовано:  
Директор школы:



Фактическое меню на 27 января 2025 г.  
По основному меню 7 день  
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

| 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 |
|-----------------------------------------------|----------------|--------|--------|--------|--------|-------------|----------|----------|---------|---------------------|----------|---------|----------|----------|---------|
| Каша пшеничная молочная с маслом              | 230            | 63-83  | 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             | 19-21  | 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<br>(200/7) | 6-28   | 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            | 21-01  | 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<br>(250/6) | 31-15  | 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            | 101-39 | 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            | 16-50  | 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            | 190-00 | 31,5   | 32,2   | 134,05 | 951,0       | 0,45     | 0,56     | 24,5    | 315                 | 420,0    | 420,0   | 105,0    | 6,3      | 420,0   |
| Итого:                                        |                | 190-00 |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| Полдник :                                     |                |        |        |        |        |             |          |          |         |                     |          |         |          |          |         |
| Кисломолочный пищевой продукт                 | 180            | 32-40  | 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    |
| Пирожок печеный с фаршем картофельным с луком | 70             | 19-25  | 4,9    | 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            | 68-35  | 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:                                        | 370            | 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:

*[Handwritten signature]*  
20 г.

Согласовано  
Директор школы:



## Фактическое меню на 28 января 2025 г.

По основному меню 7 день  
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 32

| 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 |
|--------------------------------------------|----------------|--------|--------|--------|--------|-------------|----------|----------|---------|---------------------|----------|---------|----------|----------|---------|
| Котлета «Домашняя»                         | 90             | 86-30  | 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            | 13-52  | 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            | 11-78  | 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             | 14-46  | 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<br>(200/5) | 29-02  | 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            | 94-02  | 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            | 24-92  | 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            | 11-48  | 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            | 180            | 32-77  | 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             | 27-60  | 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            | 59-63  | 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 28 января 2025 г.  
По основному меню 8 день  
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

| 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 |
|--------------------------------------------|----------------|--------|--------|--------|--------|-------------|----------|----------|---------|---------------------|----------|---------|----------|----------|---------|
| Котлета «Домашняя»                         | 100            | 88-00  | 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            | 13-96  | 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            | 11-78  | 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            | 122-14 | 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            | 17-55  | 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<br>(250/5) | 29-10  | 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            | 94-02  | 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            | 26-87  | 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            | 11-48  | 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            | 200-65 | 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             | 37-45  | 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            | 46-14  | 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 29 января 2025 г.  
По основному меню 8 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    | р.т.экв<br>сут | мг     | мг    | мг    | мг    | мг    |
| 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  |
| 150            | 53-18  | 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<br>(200/7) | 6-28   | 0,2   | 0     | 16,0  | 65,0   | 0    | 0     | 12,82 | 0              | 8,05   | 9,79  | 5,24  | 0     | 36,66 |
| 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  |
| 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<br>(200/6) | 28-14  | 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            | 112-28 | 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  | 25-32  | 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 | 53-28  | 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 | 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 29 января 2025 г.  
По основному меню 9 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    | К      |
|-----------------------------|-----------------|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|----------------|--------|--------|-------|-------|--------|
|                             | г               |        | г     | г     | г      | ккал   | мг   | мг   | мг    | рет.экв<br>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             | 68-63  | 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<br>(200/10) | 7-63   | 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             | 130-98 | 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             | 23-50  | 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)  | 30-82  | 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             | 112-53 | 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             | 8-52   | 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             | 198-68 | 31,5  | 32,2  | 134,05 | 952,0  | 0,45 | 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              | 30-28  | 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             | 48-32  | 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:

Согласовано:  
Директор школы:



Фактическое меню на 30 января 2025 г.

По основному меню 9 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<br>сут | мг     | мг    | мг   | мг   | мг     |
| Каша жидкая молочная из риса с маслом | 150   | 29-04  | 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   | 79-41  | 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   | 3-15   | 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    | 8-40   | 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:                       | 500   | 120-00 | 19,25 | 19,75 | 83,75 | 587,5 | 0,2  | 0,35 | 15,0 | 175            | 275,0  | 275,0 | 62,5 | 3,0  | 275,0  |

**Обед :**

|                              |     |        |       |       |        |        |      |      |       |     |       |       |       |      |        |
|------------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-----|-------|-------|-------|------|--------|
| Салат «Мозайка»              | 60  | 16-52  | 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 | 18-27  | 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  | 83-78  | 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 | 15-61  | 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 | 41-40  | 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  | 6-72   | 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  | 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 :             | 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 | 180 | 33-33  | 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  |
| Круассан с творогом           | 80  | 45-43  | 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 | 41-24  | 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

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Согласовано:  
Директор школы:



Фактическое меню на 30 января 2025 г.  
По основному меню 10 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   | 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   | 31-65  | 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   | 77-10  | 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   | 3-15   | 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    | 10-08  | 3,36  | 0,96  | 45,36 | 174,84 | 0,1  | 0,01 | 0    | 12             | 38,4   | 164,34 | 36,72 | 2,88 | 1,87   |
| Расчётная цена:                       | 560   | 121-98 | 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 | 23-17  | 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 | 22-23  | 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 | 90-78  | 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 | 17-37  | 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 | 16-50  | 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  | 8-40   | 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 :             | 964 | 190-00 | 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 | 180 | 37-03  | 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   |
| Круассан с творогом           | 85  | 48-24  | 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                        | 105 | 34-73  | 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:                        | 370 | 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

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:

Согласовано :  
Директор школы:



Фактическое меню на 31 января 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<br>сут | мг     | мг    | мг   | мг   | мг    |
| Печень или сердце в кисло-сладком соусе | 90    | 80-12  | 8,72  | 12,24 | 4,02  | 171,3 | 0    | 0,11 | 14,35 | 85             | 171,81 | 17,16 | 0,5  | 0,04 | 83,84 |
| Макаронные изделия отварные             | 160   | 15-66  | 4,23  | 4,21  | 20,93 | 180,5 | 0,18 | 0,16 | 0     | 70             | 7,79   | 70,0  | 20,4 | 0,8  | 116,0 |
| Кофейный напиток с молоком              | 200   | 15-82  | 3,5   | 2,5   | 21,0  | 90,0  | 0,02 | 0,07 | 0,65  | 10             | 60,4   | 31,84 | 11,0 | 0,09 | 73,6  |
| Хлеб пшеничный йодированный             | 50    | 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:                         | 500   | 120-00 | 19,25 | 19,75 | 83,75 | 587,5 | 0,3  | 0,35 | 15,0  | 175            | 275,0  | 275,0 | 62,5 | 3,33 | 275,0 |

**Обед :**

|                                             |                 |        |       |       |        |        |      |      |       |     |       |        |       |      |       |
|---------------------------------------------|-----------------|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-----|-------|--------|-------|------|-------|
| Салат «Здоровье»                            | 60              | 17-55  | 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) | 24-92  | 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              | 74-85  | 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             | 37-56  | 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             | 16-50  | 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              | 10-92  | 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              | 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 :                            | 831             | 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 :**

|                     |     |        |     |     |      |       |      |      |      |    |       |       |       |     |       |
|---------------------|-----|--------|-----|-----|------|-------|------|------|------|----|-------|-------|-------|-----|-------|
| Молоко (кипячённое) | 200 | 38-93  | 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  | 17-29  | 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  |
| Мандарин            | 130 | 63-78  | 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

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:

Согласовано  
Директор школы:



Фактическое меню на 31 января 2025 г.  
По основному меню 11 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<br>сут | мг    | мг    | мг    | мг   | мг   |        |
| Печень или сердце в кисло-сладком соусе | 100   | 81-89  | 10,92 | 12,5 | 9,02  | 207,1 | 0,02 | 0,16 | 16,85 | 95             | 198,3 | 26,8  | 1     | 3,72 | 1,77 | 152,09 |
| Макаронные изделия отварные             | 200   | 16-89  | 5,28  | 7,2  | 27,93 | 247,0 | 0,22 | 0,16 | 0     | 110            | 9,3   | 85,35 | 25,68 | 0,91 |      | 119,0  |
| Кофейный напиток с молоком              | 200   | 15-82  | 3,5   | 2,5  | 21,0  | 90,0  | 0,02 | 0,07 | 0,65  | 10             | 60,4  | 31,84 | 11,0  | 0,09 |      | 73,6   |
| Хлеб пшеничный йодированный             | 50    | 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   | 123-00 | 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             | 18-19  | 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<br>(250/10) | 25-31  | 9,23 | 8,74 | 11,53  | 144,49 | 0    | 0,06 | 1,24  | 16  | 77,94  | 90,26  | 19,08 | 0,63 |  | 81,55 |
| Шницель рыбный                              | 100             | 75-03  | 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             | 38-37  | 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             | 16-50  | 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              | 11-76  | 3,36 | 0,96 | 55,36  | 174,84 | 0,1  | 0,01 | 0     | 12  | 38,4   | 164,34 | 36,72 | 2,88 |  | 1,87  |
| Хлеб ржано-пшеничный                        | 84              | 11-55  | 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 :                            | 994             | 196-71 | 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            | 200 | 38-93  | 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  | 26-39  | 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  |
| Мандарин          | 120 | 54-68  | 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

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Согласовано:  
Директор школы:



Фактическое меню на 01 февраля 2025 г.  
По основному меню 12 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   | К      |
|-----------------------------|-----------------|--------|-------|------|-------|--------|------|------|-------|----------------|--------|--------|-------|------|--------|
|                             | г               |        | г     | г    | г     | ккал   | мг   | мг   | мг    | рет.экв<br>сут | мг     | мг     | мг    | мг   | мг     |
| Наггетсы                    | 100             | 81-87  | 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             | 24-77  | 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<br>(200/10) | 7-63   | 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              | 10-08  | 3,36  | 0,96 | 45,36 | 174,84 | 0,1  | 0,01 | 0     | 12             | 38,4   | 164,34 | 36,72 | 2,88 | 1,87   |
| Расчётная цена:             | 550             | 124-35 | 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 | 19-40  | 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 | 15-32  | 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 | 134-02 | 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 | 12-13  | 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  | 8-40   | 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 :            | 884 | 200-82 | 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 | 38-93  | 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  | 40  | 24-88  | 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 |
| Груша                 | 130 | 56-19  | 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:                | 370 | 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

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:

*В.В.В.*  
*А.*