

Согласовано
Директор школы:



Фактическое меню на 09 января 2025 г.
По основному меню 1 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.эquiv сут	мг	мг	мг	мг	мг
Каша манная на молоке с маслом	200	44-23	7,35	11,97	27,47	246,8	0,18	0,18	2,0	112	90,8	96,21	12,22	0,33	140,71
Сыр порциями	20	28-80	5,04	3,7	0	42,0	0	0,01	0,18	13	144,15	0	7,5	0,07	17,4
Кондитерские изделия	30	32-29	3,86	3,28	3,98	88,0	0,02	0,15	0	40	0	13	6,94	0,2	78,67
Чай с сахаром, с лимоном	207 (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
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:	507	120-00	19,25	19,75	85,25	587,5	0,3	0,35	15,0	175	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0
Обед :															
Ассорти из овощей	60	18-97	0,61	0,19	4,61	25,1	0	0	1,0	95	4,6	2,8	2,8	0,12	28,2
Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	210 (200/10)	33-37	6,04	5,6	12,67	142,3	0,04	0,05	1,05	50	30,38	16,49	9,45	0,3	78,3
Плов с мясом	180	112-20	14,22	20,56	15,63	288,9	0,18	0,32	2,25	20	96,52	173,71	16,34	0,18	124,69
Компот из смеси сухофруктов	200	8-52	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	3,17	20	105,0	0	14,21	0,5	151,0
Хлеб пшеничный йодированный	55	9-24	2,8	0,8	45,36	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 :	761	190-00	26,95	27,65	115,81	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	92,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,6
Рулет с сыром	60	27-82	7,3	7,9	12,7	91,0	0,08	0,12	1,58	70	78,79	80,82	10,62	0,8	9,8
Яблоко	130	50-78	0,4	0	9,0	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	20,6
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:

Ю. Ю. Ю.
А.

Согласовано
Директор школы:



Фактическое меню на 09 января 2025 г.
По основному меню 1 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.эquiv сут	мг	мг	мг	мг	мг
Каша манная на молоке с маслом	230	45-16	10,04	15,06	30,41	310,16	0,23	0,23	2,56	160	109,4	112,87	18,6	1,35	165,4
Сыр порциями	20	28-80	5,04	3,7	0	42,0	0	0,01	0,18	13	144,15	0	7,5	0,07	17,4
Кондитерские изделия	30	28-33	3,86	3,28	3,98	88,0	0,02	0,15	0	40	0	13,0	6,94	0,2	78,67
Чай с сахаром, с лимоном	210 (200/10)	7-63	0,2	0	16,0	65,0	0	0	14,76	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:	550	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	19-18	1,02	0,32	7,32	41,0	0	0	1,245	130	5,75	4,7	3,2	0,15	29,0
Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	260 (250/10)	30-93	7,0	7,0	13,32	151,9	0,04	0,05	1,3	50	30,53	16,49	12,81	0,37	88,3
Плов с мясом	200	112-47	15,54	23,17	16,85	311,76	0,21	0,39	2,345	28	103,99	180,47	16,76	0,61	147,95
Компот из смеси сухофруктов	200	8-52	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	3,17	20	105,0	0	14,21	0,5	151,0
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 :	914	194-41	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	92,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,6
Рулет с сыром	70	32-15	8,6	9,2	17,5	128,0	0,1	0,14	2,58	90	88,79	90,82	15,62	1,4	19,8
Яблоко	120	46-45	0,4	0	9,0	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	20,6
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 10 января 2025 г.
По основному меню 3 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.эquiv сут	мг	мг	мг	мг	мг
Люля-Кебаб	90	75-80	8,72	12,24	9,02	120,8	0	0,11	12,38	85	103,6	2,7	2,36	0,04	92,84
Гречка отварная с маслом	160	18-46	4,23	4,21	15,93	231,0	0,18	0,16	1,97	70	79,0	84,46	18,54	0,47	107,0
Кофейный напиток с молоком	200	17-34	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	3,0	275,0

Обед :

Салат «Бурячок»	60	14-93	0,9	3,1	4,0	51,0	0,01	0,02	2,61	0	30,17	28,58	7,6	0,02	45,65
Суп картоф. с бобовыми, с птицей	205	18-65	8,8	10,0	31,77	176,0	0,11	0,12	1,49	95	44,7	60,67	11,51	0,2	52,8
(200/5)															
Жаркое по-домашнему	170	130-50	12,9	16,0	11,47	255,8	0,1	0,34	1,57	90	135,63	89,75	13,69	0,78	81,74
Компот из изюма	200	10-66	0	0	24,89	90,0	0	0	1,8	0	26	14,0	10,0	0,1	202,0
Хлеб пшеничный йодированный	45	7-56	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 :	736	190-00	28,0	30,4	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	35-04	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
Ватрушка с творогом	50	20-80	4,0	5,4	18,2	85,0	0,02	0,02	1,98	70	6,88	8,82	14,79	0,288	30,1
Груша	130	64-16	0,4	0	11,8	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	38,9
Итого:	360	120-00	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110,0
Всего :			54,95	58,05	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 10 января 2025 г.
По основному меню 3 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 32**

Завтрак:	Выход г	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
			г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рети.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Люля-Кебаб	100	82-97	10,92	12,5	9,02	197,3	0,01	0,16	12,48	95	112,49	6,56	7,72	0,2	114,84
Гречка отварная с маслом	200	20-47	5,28	7,8	27,93	247,0	0,22	0,16	2,37	110	95,11	105,6	25,68	0,81	110,0
Кофейный напиток с молоком	200	17-34	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	129-18	22,5	23,6	95,75	680,0	0,35	0,4	15,5	225	300,0	300,0	75,0	3,5	300,0
Итого:		120-00													

Обед :															
Салат «Бурячок»	100	16-56	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
			г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рети.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Салат «Бурячок»	100	16-56	2,16	3,16	7,0	70,0	0,02	0,03	4,45	0	34,29	39,78	12,16	0,03	58,34
Суп картоф. с бобовыми, с птицей	255 (250/5)	18-14	9,64	10,45	31,8	197,1	0,12	0,13	1,22	115	54,47	61,2	12,74	0,35	58,15
Жаркое по-домашнему	200	133-07	13,0	17,04	18,58	292,2	0,11	0,38	2,57	115	136,91	95,02	18,2	2,63	98,07
Компот из изюма	200	10-66	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	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 :	899	200-06	31,5	32,2	131,05	951,0	0,49	0,55	26,48	315	420,0	420,0	105,0	7,3	420,0
Итого:		190-00													

Полдник :															
Кисломолочная пищевая продукция	200	38-93	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
			г	г	г	ккал	мг	мг	мг	рети.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Кисломолочная пищевая продукция	200	38-93	3,3	2,5	3,5	98,0	0,06	0,11	1,4	0	87,91	86,0	5,83	0,71	41,0
Ватрушка с творогом	75	31-24	5,3	6,7	26,0	123,0	0,04	0,04	2,98	90	16,88	18,82	19,79	0,89	40,1
Груша	120	49-83	0,4	0	11,8	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	38,9
Итого:	395	120-00	9,0	9,2	41,3	273,0	0,14	0,17	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0

Всего : 63,0 65,0 268,1 1904,0 0,98 1,12 49,0 630 840,0 840,0 210,0 12,6 840,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Зоднев
[Signature]

Согласовано
Директор школы:



Фактическое меню на 11 января 2025 г.
По основному меню 6 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.эquiv сут	мг	мг	мг	мг	мг
Вареники с картофелем, отварные с маслом из п/ф пром. пр-ва	250	57-38	11,82	15,72	34,85	389,8	0,23	0,32	3,93	183	97,9	97,0	31,51	1,71	201,58
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
Горошек зелёный /припущенный/	45	22-91	0,6	1,2	2,1	23,0	0	0	12,74	9	1,7	2,0	0,29	0,23	10,26
Какао с молоком	200	16-44	3,5	2,5	21,0	90,0	0,02	0,07	0,65	10	60,4	45,0	7,0	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:	560	127-41	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 «Свёколка»	100	15-83	1,22	3,5	4,3	75,7	0,03	0,04	1,38	0	32,14	28,8	8,18	0,2	85,33
Суп из овощей с птицей	260 (250/10)	32-15	5,72	9,13	13,21	151,0	0	0,07	0,5	24	22,8	77,0	3,12	0,06	54,13
Зразы мясные	100	84-60	6,7	10,12	7,0	165,95	0,07	0,2	2,94	206	18,43	8,2	1,8	0,15	0,1
Пюре гороховое	180	17-37	11,0	7,9	39,16	170,65	0,15	0,24	0	0	44,7	71,1	19,0	1,0	181,0
Сок	200	21-96	0,16	0	21,6	87,0	0	0	3,24	0	133,6	24,9	21,0	0,7	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 :	974	191-86	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	38-93	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,7	45,6
Ватрушка с повидлом	75	21-50	5,3	6,7	29,8	122,0	0,05	0,05	1,13	50	22,43	24,9	10,63	0,9	35,5
Апельсин	160	59-57	0,4	0	5,0	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	38,9
Итого:	435	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: