

Согласовано  
Директор школы:



Меню-раскладка на 25 апреля 2022г.  
По перспективному 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   | K      |
|-------------------------------------------|-------------|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|------|--------|
| Сосиски «Докторские» отварные(рец.т/т/к)  | 50 27-77    | 7,47  | 10,6  | 0,5   | 131,0  | 0,04 | 0,165 | 0     | 52,0  | 7,1    | 51,13 | 0,36  | 1,21 | 107,21 |
| Макаронные изд-я отв. с маслом(рец.т/т/к) | 180 12-70   | 4,46  | 4,81  | 37,01 | 232,94 | 0,18 | 0,092 | 0     | 102,0 | 90,1   | 89,28 | 24,92 | 0,55 | 112,48 |
| Сыр порциями                              | 15 17-42    | 5,04  | 3,7   | 0     | 42,0   | 0    | 0,01  | 0,24  | 13,0  | 144,15 | 0     | 7,5   | 0,07 | 17,4   |
| Чай с сахаром и лимоном (рец.т/т/к)       | 200/10 7-21 | 0,2   | 0     | 16,0  | 65,0   | 0    | 0,075 | 14,76 | 0     | 8,05   | 9,790 | 5,24  | 0    | 36,66  |
| Хлеб пшеничный йодированный               | 40 4-90     | 2,08  | 0,64  | 30,24 | 116,56 | 0,08 | 0,008 | 0     | 8,0   | 25,6   | 124,8 | 24,48 | 1,17 | 1,25   |
| Расчётная цена:                           | 500 70-00   | 19,25 | 19,75 | 83,75 | 587,5  | 0,3  | 0,35  | 15,0  | 175,0 | 275,0  | 275,0 | 62,5  | 3,0  | 275,0  |
| Итого:                                    | 70-00       |       |       |       |        |      |       |       |       |        |       |       |      |        |

**Обед:**

|                                          |            |       |       |        |        |       |      |       |       |       |        |        |       |        |
|------------------------------------------|------------|-------|-------|--------|--------|-------|------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|--------|
| Кукуруза в зёрных консервир. (рец.т/т/к) | 25 12-74   | 0,4   | 0     | 3,7    | 8,5    | 0,078 | 0,01 | 4,16  | 140,0 | 1,4   | 13,58  | 0,025  | 0,035 | 0,13   |
| Суп картофельный с бобовыми (рец.т/т/к)  | 200 12-84  | 4,11  | 6,23  | 10,33  | 113,5  | 0,11  | 0,13 | 0     | 45,0  | 98,77 | 101,78 | 19,185 | 0,065 | 115,02 |
| Мясо отв. для 1 бл.                      | 6 10-99    | 1,2   | 0,2   | 0      | 6,51   | 0,012 | 0,18 | 0,04  | 0     | 1,26  | 25,74  | 2,59   | 0,3   | 31,6   |
| Пельмени отварные с маслом               | 150 65-94  | 15,68 | 19,92 | 36,5   | 357,29 | 0     | 0    | 0,03  | 0     | 1,47  | 27,0   | 0      | 0     | 35,34  |
| Компот из кураги                         | 200 8-50   | 0,16  | 0     | 21,6   | 87,0   | 0,02  | 0,16 | 3,24  | 0     | 133,6 | 24,9   | 21     | 0,7   | 200,1  |
| Хлеб пшеничный йодированный              | 50 6-12    | 2,8   | 0,8   | 37,8   | 145,7  | 0,1   | 0,01 | 0     | 10,0  | 32    | 156    | 30,6   | 2,4   | 1,56   |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | 50 5-56    | 2,6   | 0,5   | 7,32   | 104    | 0,1   | 0    | 13,53 | 50,0  | 116,5 | 36,0   | 14,1   | 0,7   | 1,25   |
| Расчётная цена                           | 701 122-69 | 26,95 | 27,65 | 117,25 | 822,5  | 0,42  | 0,49 | 21,0  | 245   | 385,0 | 385,0  | 87,5   | 4,2   | 385    |
| Итого:                                   | 120-00     |       |       |        |        |       |      |       |       |       |        |        |       |        |

**Полдник:**

|                  |           |     |     |      |       |      |      |     |      |       |       |      |      |       |
|------------------|-----------|-----|-----|------|-------|------|------|-----|------|-------|-------|------|------|-------|
| Бифилайф         | 200 30-00 | 3,7 | 2,5 | 3,5  | 98,0  | 0,06 | 0,11 | 1,0 | 0    | 87,94 | 98,0  | 5,83 | 0,22 | 41,0  |
| Булочка домашняя | 50 15-37  | 3,6 | 5,4 | 21,0 | 85,0  | 0,04 | 0,01 | 0,4 | 60,0 | 4,16  | 2,0   | 3,17 | 0,1  | 38,0  |
| Яблоко           | 102 24-63 | 0,4 | 0   | 9,0  | 52,0  | 0,02 | 0,02 | 4,6 | 10,0 | 17,9  | 10,0  | 16,0 | 0,88 | 31,0  |
| Итого:           | 352 70-00 | 7,7 | 7,9 | 33,5 | 235,0 | 0,12 | 0,14 | 6,0 | 70,0 | 110,0 | 110,0 | 25,0 | 1,2  | 110,0 |

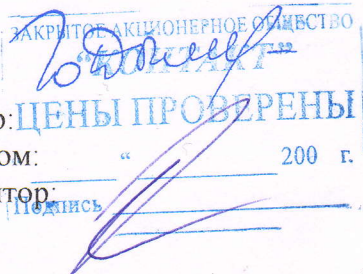
Всего :

53,9 55,3 234,5 1645,0 0,84 0,98 42,0 490,0 770,0 770,0 175,0 8,4 770,0

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:



Согласовано:  
Директор школы:



Меню-раскладка на 25 апреля 2022г.  
По перспективному 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   | K      |
|---------------------------------------------|-------------|------|------|-------|--------|------|-------|-------|------|--------|--------|-------|------|--------|
| Сосиски «Докторские» отварные(рец.т/т/к)    | 50 27-77    | 7,47 | 10,6 | 0,5   | 131,0  | 0,04 | 0,165 | 0     | 52,0 | 7,1    | 51,13  | 0,36  | 1,21 | 107,21 |
| Макаронные изд-я отвар. с маслом(рец.т/т/к) | 230 13-99   | 7,71 | 8,06 | 49,01 | 325,44 | 0,23 | 0,142 | 0     | 152  | 115,1  | 114,28 | 37,42 | 2,05 | 137,48 |
| Сыр порциями                                | 15 17-42    | 5,04 | 3,7  | 0     | 42,0   | 0    | 0,01  | 0,24  | 13,0 | 144,15 | 0      | 7,5   | 0,07 | 17,4   |
| Чай с сахаром и лимоном (рец.т/т/к)         | 200/15 9-45 | 0,2  | 0    | 16,0  | 65,0   | 0    | 0,075 | 17,26 | 0    | 8,05   | 9,79   | 5,24  | 0    | 36,66  |
| Хлеб пшеничный йодированный                 | 40 4-90     | 2,08 | 0,64 | 30,24 | 116,56 | 0,08 | 0,008 | 0     | 8,0  | 25,6   | 124,8  | 24,48 | 1,17 | 1,25   |
| Расчётная цена:                             | 555 73-53   | 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:                                      | 70-00       |      |      |       |        |      |       |       |      |        |        |       |      |        |

**Обед:**

|                                               |     |        |       |      |        |        |       |       |        |       |          |       |       |             |
|-----------------------------------------------|-----|--------|-------|------|--------|--------|-------|-------|--------|-------|----------|-------|-------|-------------|
| Кукуруза в зёрных консервированная(рец.т/т/к) | 30  | 15-29  | 0,46  | 0    | 4,23   | 9,71   | 0,082 | 0,021 | 4,75   | 160,0 | 1,614,52 | 0,03  | 0,4   | 0,14        |
| Суп картофельный с бобовыми(рец.т/т/к)        | 250 | 14-75  | 5,2   | 7,85 | 13,91  | 141,88 | 0,136 | 0,189 | 0      | 70,0  | 113,46   | 115,8 | 29,48 | 1,07 143,71 |
| Мясо отв. для 1 бл. (рец. т/т/к)              | 6   | 10-99  | 1,2   | 0,2  | 0      | 6,51   | 0,012 | 0,18  | 0,04   | 0     | 1,26     | 25,74 | 2,59  | 0,3 31,6    |
| Пельмени отварные с маслом                    | 160 | 70-42  | 17,78 | 22,6 | 45,53  | 405,2  | 0     | 0     | 0,035  | 0     | 1,75     | 29,04 | 0     | 0 40,97     |
| Компот из кураги                              | 200 | 8-50   | 0,16  | 0    | 21,6   | 87     | 0,02  | 0,16  | 3,24   | 0     | 133,6    | 24,9  | 21    | 0,7 200,    |
| Хлеб пшеничный йодированный                   | 50  | 6-12   | 2,8   | 0,8  | 37,8   | 145,7  | 0,1   | 0,01  | 0      | 10,0  | 32,0     | 156   | 30,6  | 2,4 1,56    |
| Хлеб ржано-пшеничный                          | 75  | 8-35   | 3,9   | 0,7  | 10,98  | 156,0  | 0,14  | 0     | 16,435 | 75,0  | 136,33   | 54,0  | 21,3  | 1,79 1,88   |
| Расчётная цена                                | 811 | 134-42 | 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:                                        |     | 120-00 |       |      |        |        |       |       |        |       |          |       |       |             |

**Полдник:**

|                  |           |     |     |      |       |      |      |     |      |       |       |      |      |       |
|------------------|-----------|-----|-----|------|-------|------|------|-----|------|-------|-------|------|------|-------|
| Бифилайф         | 200 30-00 | 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  |
| Булочка домашняя | 70 21-28  | 4,9 | 6,7 | 25,8 | 122,0 | 0,06 | 0,03 | 1,4 | 80   | 14,16 | 12    | 8,17 | 0,7  | 48,0  |
| Яблоко           | 100 24-15 | 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 75-43 | 9,0 | 9,2 | 38,3 | 272,0 | 0,14 | 0,16 | 7,0 | 90,0 | 120,0 | 120,0 | 30   | 1,8  | 120,0 |

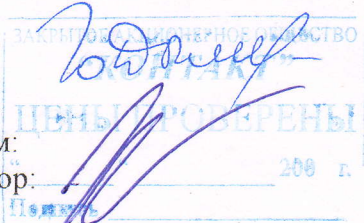
Всего :

63,0 64,4 268,1 1904 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:



Меню-раскладка на 26 апреля 2022г.

По перспективному меню 2 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   | K      |
|-------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|-----|--------|--------|-------|------|--------|
| Запеканка из творога с рисом (рец. т/т/к) | 150   | 39-55 | 10,81 | 14,75 | 5,23  | 283,98 | 0,15 | 0,258 | 11,75 | 138 | 164,13 | 84,45  | 20,54 | 0,12 | 185,8  |
| Молоко сгущённое                          | 50    | 21-64 | 4,88  | 4,04  | 17,16 | 63,68  | 0,05 | 0     | 0,65  | 25  | 64,42  | 16,425 | 0     | 0    | 50,618 |
| Чай с сахаром (рец. т/т/к)                | 200   | 2-74  | 0,2   | 0     | 16,0  | 65,0   | 0    | 0,08  | 2,6   | 0   | 8,05   | 9,785  | 5,24  | 0    | 36,66  |
| Хлеб пшеничный йодированный               | 60    | 7-34  | 3,36  | 0,96  | 45,36 | 174,84 | 0,1  | 0,012 | 0     | 12  | 38,4   | 164,34 | 36,72 | 2,88 | 1,872  |
| Расчётная цена:                           | 500   | 71-27 | 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  |
| Итого:                                    |       | 70-00 |       |       |       |        |      |       |       |     |        |        |       |      |        |

### Обед:

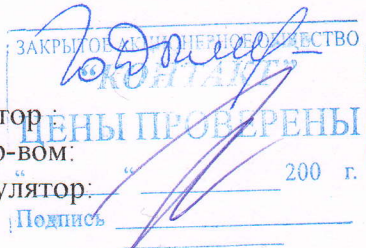
|                                             |        |        |       |       |        |       |      |      |       |      |        |        |       |      |       |
|---------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|-------|------|------|-------|------|--------|--------|-------|------|-------|
| Овощи солёные /огурец порциями/(рец. т/т/к) | 20     | 7-99   | 0,16  | 0     | 0,34   | 2,6   | 0    | 0    | 1,0   | 95,0 | 4,6    | 2,8    | 2,8   | 0,12 | 28,2  |
| Суп лапша домашняя с птицей (рец. т/т/к)    | 200/10 | 14-36  | 6,04  | 5,6   | 11,67  | 142,3 | 0,04 | 0,05 | 1,05  | 50   | 30,38  | 16,49  | 9,45  | 0,3  | 78,3  |
| Овощи тушёные с мясом (рец. т/т/к)          | 170    | 72-27  | 15,35 | 20,75 | 37,12  | 337,9 | 0,18 | 0,43 | 3,62  | 40   | 185,52 | 159,71 | 20,55 | 0,48 | 73,69 |
| Сок                                         | 200    | 14-94  | 0     | 0     | 23     | 90,0  | 0    | 0    | 1,8   | 0    | 16,0   | 14,0   | 10,0  | 0,20 | 202,0 |
| Хлеб пшеничный йодированный                 | 50     | 6-12   | 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                        | 50     | 5-56   | 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                              | 700    | 121-24 | 26,95 | 27,65 | 117,25 | 822,5 | 0,42 | 0,49 | 21    | 245  | 385    | 385    | 87,5  | 4,2  | 385   |
| Итого:                                      |        | 120-00 |       |       |        |       |      |      |       |      |        |        |       |      |       |

### Полдник :

|                   |     |       |     |     |      |       |      |      |      |    |       |       |       |     |       |
|-------------------|-----|-------|-----|-----|------|-------|------|------|------|----|-------|-------|-------|-----|-------|
| Мандарин          | 90  | 31-05 | 0,4 | 0   | 11,8 | 52,0  | 0,04 | 0,02 | 2,62 | 0  | 15,21 | 15,18 | 4,38  | 0,2 | 38,9  |
| Молоко            | 200 | 32-02 | 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  |
| Булочка творожная | 50  | 15-23 | 4,0 | 5,4 | 18,2 | 85,0  | 0,03 | 0,03 | 0,13 | 30 | 12,43 | 14,9  | 5,63  | 0,3 | 25,5  |
| Итого:            | 340 | 78-30 | 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:



Меню-раскладка на 26 апреля 2022г.  
По перспективному меню 2 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      |
|-------------------------------------------|-------|-------|------|------|-------|-------|------|------|------|-----|--------|--------|-------|------|--------|
| Запеканка из творога с рисом (рец. т/т/к) | 200   | 51-23 | 19,5 | 22,2 | 15,97 | 352,1 | 0,25 | 0,31 | 13,5 | 205 | 250,68 | 126,56 | 37,81 | 0,28 | 213,72 |
| Повидло                                   | 50    | 13-33 | 0    | 0    | 25,98 | 117,2 | 0    | 0    | 1,4  | 10  | 9,27   | 7,65   | 1,35  | 1,82 | 48,06  |
| Чай с сахаром (рец. т/т/к)                | 200   | 2-74  | 0,2  | 0    | 16,0  | 65,0  | 0    | 0,08 | 2,6  | 0   | 8,05   | 9,79   | 5,24  | 0    | 36,66  |
| Хлеб пшеничный йодированный               | 50    | 6-12  | 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   | 73-42 | 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:                                    |       |       |      |      |       |       |      |      |      |     |        |        |       |      | 70-00  |

**Обед:**

|                                              |        |        |      |       |        |        |      |       |       |     |        |        |       |      |         |
|----------------------------------------------|--------|--------|------|-------|--------|--------|------|-------|-------|-----|--------|--------|-------|------|---------|
| Овощи солёные /огурец порциями/ (рец. т/т/к) | 25     | 9-90   | 0,62 | 0     | 0,43   | 3,25   | 0    | 0     | 1,25  | 100 | 5,75   | 3,0    | 3,6   | 0,15 | 35,25   |
| Суп лапша домашняя с птицей (рец. т/т/к)     | 250/10 | 15-32  | 7,0  | 7,0   | 13,32  | 151,9  | 0,05 | 0,06  | 1,3   | 70  | 30,53  | 16,89  | 12,81 | 0,37 | 92,47   |
| Овощи тушёные с мясом (рец. т/т/к)           | 200    | 73-30  | 17,3 | 23,54 | 41,69  | 386,41 | 0,2  | 0,478 | 4,16  | 63  | 186,22 | 171,37 | 22,13 | 1,72 | 86,66   |
| Сок                                          | 200    | 14-94  | 0    | 0     | 23,0   | 90,0   | 0    | 0     | 1,8   | 0   | 16,0   | 14,0   | 10,0  | 0,2  | 201,998 |
| Хлеб пшеничный йодированный                  | 60     | 7-34   | 3,36 | 0,96  | 45,36  | 174,84 | 0,1  | 0,012 | 0     | 12  | 38,4   | 164,34 | 36,72 | 2,88 | 1,872   |
| Хлеб ржано-пшеничный                         | 70     | 7-79   | 3,64 | 0,7   | 10,25  | 145,6  | 0,14 | 0     | 15,99 | 70  | 143,1  | 50,4   | 19,74 | 0,98 | 1,75    |
| Расчётная цена                               | 815    | 128-59 | 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:                                       |        |        |      |       |        |        |      |       |       |     |        |        |       |      | 120-00  |

**Полдник :**

|                   |     |       |      |      |       |        |      |      |      |     |       |       |       |      |       |
|-------------------|-----|-------|------|------|-------|--------|------|------|------|-----|-------|-------|-------|------|-------|
| Мандарин          | 90  | 31-05 | 0,4  | 0    | 11,8  | 52,0   | 0,04 | 0,02 | 2,62 | 0   | 15,21 | 15,18 | 4,38  | 0,2  | 38,9  |
| Молоко            | 200 | 32-02 | 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  |
| Булочка творожная | 75  | 23-25 | 5,3  | 6,7  | 23,0  | 122,0  | 0,05 | 0,05 | 1,13 | 50  | 22,43 | 24,9  | 10,63 | 0,9  | 35,5  |
| Итого:            | 365 | 86-32 | 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:



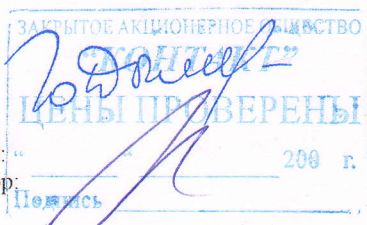
Согласовано  
Директор школы:



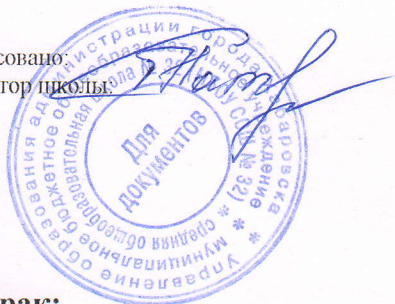
Меню-раскладка на 27 апреля 2022г.  
По перспективному меню 3 день  
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 32

| Завтрак:                                      | Выход | Цена   | Б     | Ж      | У      | Э/ц    | В1    | В2    | С     | А   | Са     | Р      | Mg    | Fe   | К      |
|-----------------------------------------------|-------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|-----|--------|--------|-------|------|--------|
| Шницель мясной (рец. т/т/к)                   | 80    | 40-92  | 11,22 | 14,16  | 15,66  | 218,04 | 0,09  | 0,184 | 0,37  | 82  | 230,87 | 42,54  | 8,15  | 0,95 | 110,36 |
| Гречка отварная (рец. т/т/к)                  | 150   | 19-69  | 3,75  | 3,75   | 20,67  | 170,4  | 0,12  | 0,095 | 0,9   | 85  | 7,71   | 79,355 | 20,3  | 0,77 | 115,43 |
| Соус томатный с овощами (рец. т/т/к)          | 20    | 1-87   | 2,0   | 1,2    | 1,18   | 17,5   | 0,01  | 0,055 | 11,13 | 0   | 2,77   | 7,49   | 4,33  | 0,11 | 11,3   |
| Чай с сахаром(рец. т/т/к)                     | 200   | 2-74   | 0,2   | 0      | 16,0   | 65,0   | 0     | 0,008 | 2,6   | 0   | 8,05   | 9,785  | 5,24  | 0    | 36,66  |
| Хлеб пшеничный - йодированный                 | 40    | 4-90   | 2,08  | 0,64   | 30,24  | 116,56 | 0,08  | 0,008 | 0     | 8   | 25,6   | 135,83 | 24,48 | 1,17 | 1,25   |
| Расчётная цена:                               | 500   | 70-12  | 19,25 | 19,75  | 83,75  | 587,5  | 0,3   | 0,35  | 15,0  | 175 | 275    | 275    | 62,5  | 3,0  | 275,0  |
| Итого :                                       |       | 70-00  |       |        |        |        |       |       |       |     |        |        |       |      |        |
| Обед:                                         |       |        |       |        |        |        |       |       |       |     |        |        |       |      |        |
| Овощи натур. (помидор/порциями/) (рец. т/т/к) | 15    | 10-13  | 0,04  | 0,176  | 0,778  | 3,6    | 0,002 | 0     | 2,74  | 58  | 2,0    | 4,8    | 2,2   | 0,06 | 23,4   |
| Рассольник со сметаной ( рец. т/т/к)          | 200   | 20-10  | 5,49  | 7,7    | 15,5   | 144,39 | 0,02  | 0,22  | 1,391 | 0   | 52,7   | 81,35  | 4,94  | 0,36 | 16,51  |
| Птица «Золотистая» (рец. т/т/к)               | 90    | 45-50  | 11,07 | 10,694 | 7,03   | 175,4  | 0,068 | 0     | 0,009 | 82  | 37,8   | 106,85 | 21,45 | 0,08 | 144,2  |
| Картофельное пюре с маслом( рец. т/т/к)       | 130   | 27-38  | 4,27  | 7,78   | 18,6   | 132,91 | 0,13  | 0,15  | 0,16  | 25  | 39,0   | 0      | 0     | 0,1  | 47,0   |
| Компот из смеси сухофруктов (рец. т/т/к)      | 200   | 7-59   | 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                 | 50    | 6-12   | 2,8   | 0,8    | 37,8   | 145,7  | 0,1   | 0,01  | 0     | 10  | 32     | 156,0  | 30,6  | 2,4  | 1,56   |
| Хлеб ржано-пшеничный                          | 50    | 5-56   | 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:                               | 760   | 122-38 | 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  |
| Итого :                                       |       | 120-00 |       |        |        |        |       |       |       |     |        |        |       |      |        |
| Полдник:                                      |       |        |       |        |        |        |       |       |       |     |        |        |       |      |        |
| Кефир                                         | 200   | 31-41  | 3,3   | 2,5    | 3,5    | 98,0   | 0,06  | 0,1   | 1,4   | 0   | 87,91  | 86     | 5,83  | 0,19 | 41,0   |
| Ватрушка с сыром                              | 50    | 22-87  | 4,0   | 5,4    | 21,0   | 85,0   | 0,04  | 0,02  | 0,2   | 60  | 5,7    | 14     | 6,17  | 0,6  | 38,0   |
| Яблоко                                        | 90    | 21-74  | 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:                                        | 340   | 76-02  | 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:                                        |       |        | 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:



Меню-раскладка на 27 апреля 2022г.  
По перспективному меню 3 день  
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

**Завтрак:**

|                                      | Выход | Цена  | Б    | Ж    | У     | Э/ц   | В1   | В2    | С     | А   | Ca     | P     | Mg    | Fe   | K      |
|--------------------------------------|-------|-------|------|------|-------|-------|------|-------|-------|-----|--------|-------|-------|------|--------|
| Шницель мясной (рец. т/т/к)          | 85    | 43-48 | 13,1 | 16,4 | 17,4  | 265,7 | 0,11 | 0,145 | 1,17  | 90  | 247,93 | 45,27 | 8,97  | 0,96 | 111,96 |
| Гречка отварная (рец. т/т/к)         | 160   | 21-00 | 4,4  | 4,6  | 23,37 | 186,1 | 0,13 | 0,11  | 2,6   | 125 | 9,25   | 81,45 | 25,86 | 1,03 | 138,52 |
| Соус томатный с овощами (рец. т/т/к) | 20    | 1-87  | 2,0  | 1,2  | 1,18  | 17,5  | 0,01 | 0,055 | 11,13 | 0   | 2,77   | 7,49  | 4,33  | 0,11 | 11,13  |
| Чай с сахаром (рец. т/т/к)           | 200   | 2-74  | 0,2  | 0    | 16,0  | 65,0  | 0    | 0,08  | 2,6   | 0   | 8,05   | 9,79  | 5,24  | 0    | 36,66  |
| Хлеб пшеничный - йодированный        | 50    | 6-12  | 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   | 75-21 | 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 :                              |       | 70-00 |      |      |       |       |      |       |       |     |        |       |       |      |        |

**Обед:**

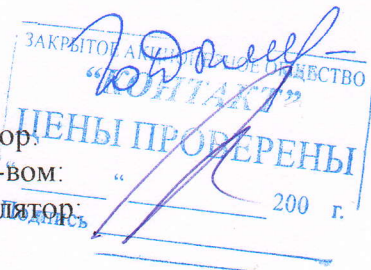
|                                                 |     |        |       |       |        |        |       |      |        |     |        |        |       |      |        |
|-------------------------------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|--------|-------|------|--------|-----|--------|--------|-------|------|--------|
| Овощи нат. св. помидоры /порциями/ (рец. т/т/к) | 20  | 13-51  | 0,05  | 0,23  | 0,98   | 4,5    | 0,002 | 0    | 3,15   | 90  | 2,5    | 6,0    | 2,75  | 0,09 | 29,25  |
| Рассольник со сметаной ( рец. т/т/к)            | 250 | 22-87  | 6,83  | 8,64  | 19,37  | 177,93 | 0,023 | 0,26 | 1,54   | 0   | 56,94  | 87,23  | 6,46  | 0,75 | 21,34  |
| Птица «Золотистая» (рец. т/т/к)                 | 100 | 48-15  | 12,12 | 12,44 | 11,38  | 191,88 | 0,075 | 0    | 0,015  | 90  | 43,0   | 116,77 | 29,68 | 0,43 | 158,57 |
| Картофельное пюре с маслом( рец. т/т/к)         | 150 | 31-59  | 5,12  | 9,34  | 23,32  | 159,49 | 0,15  | 0,18 | 0,19   | 30  | 44,23  | 0      | 0     | 0,34 | 56,4   |
| Компот из смеси сухофруктов                     | 200 | 7-59   | 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                   | 50  | 6-12   | 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                            | 75  | 8-35   | 3,9   | 0,75  | 10,98  | 156    | 0,14  | 0    | 16,435 | 75  | 136,33 | 54,0   | 21,3  | 1,79 | 1,88   |
| Расчётная цена:                                 | 880 | 138-18 | 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 :                                         |     | 120-00 |       |       |        |        |       |      |        |     |        |        |       |      |        |

**Полдник:**

|                  |     |       |     |     |      |       |      |      |     |    |       |       |       |      |       |
|------------------|-----|-------|-----|-----|------|-------|------|------|-----|----|-------|-------|-------|------|-------|
| Кефир            | 200 | 31-41 | 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  | 30-63 | 5,3 | 6,7 | 25,8 | 122,0 | 0,06 | 0,04 | 1,2 | 80 | 15,7  | 24    | 11,17 | 1,2  | 48,0  |
| Яблоко           | 90  | 21-74 | 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:           | 365 | 83-78 | 9,0 | 9,2 | 38,3 | 272,0 | 0,14 | 0,16 | 7,0 | 90 | 120,0 | 110,0 | 30,0  | 1,8  | 120,0 |

Всего: 63 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: \_\_\_\_\_  
200 г.



Согласовано:  
Директор школы:



Меню-раскладка на 28 апреля 2022г.  
По перспективному меню 4 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   | K      |
|------------------------------------------------|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|------|--------|
| Каша жидкая мол. из риса с маслом (рец. т/т/к) | 200         | 29-23 | 5,95  | 10,05 | 24,55 | 263,8 | 0,16 | 0,262 | 14,35 | 115 | 157,5 | 61,0  | 17,96 | 0,29 | 121,17 |
| Яйцо варёное                                   | 1шт<br>(50) | 14-40 | 7,0   | 6,4   | 0,4   | 88,0  | 0,02 | 0,008 | 0     | 40  | 25,1  | 13    | 6,94  | 0,22 | 78,6   |
| Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)        | 200         | 20-25 | 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          | 6-12  | 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         | 70-00 | 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  |
| Итого:                                         |             | 70-00 |       |       |       |       |      |       |       |     |       |       |       |      |        |

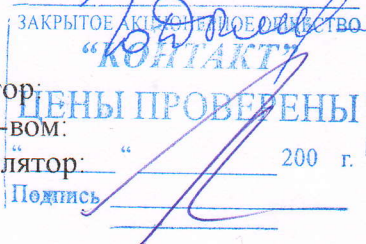
**Обед:**

|                                               |        |        |       |       |        |       |      |      |       |     |       |       |       |      |        |
|-----------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|-------|------|------|-------|-----|-------|-------|-------|------|--------|
| Салат «Здоровье» ( рец. т/т/к)                | 60     | 14-22  | 3,0   | 4,0   | 3,0    | 61,0  | 0,02 | 0,02 | 0,93  | 80  | 35,1  | 20,95 | 6,28  | 0,08 | 31,2   |
| Суп картоф. с рыбными консервами (рец. т/т/к) | 200/10 | 24-56  | 8,8   | 4,5   | 16,24  | 188,5 | 0,11 | 0,12 | 1,49  | 95  | 44,7  | 60,67 | 11,51 | 0,2  | 52,8   |
| Азу (рец. т/т/к)                              | 150    | 61-86  | 9,62  | 17,85 | 32,29  | 240,3 | 0,07 | 0,17 | 1,72  | 0   | 63,6  | 88,48 | 7,01  | 0,12 | 109,79 |
| Напиток из шиповника (рец. т/т/к)             | 200    | 10-57  | 0,13  | 0     | 20,6   | 83,0  | 0,02 | 0,17 | 3,33  | 10  | 93,1  | 22,9  | 18,0  | 0,7  | 188,4  |
| Хлеб пшеничный йодированный                   | 50     | 6-12   | 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                          | 50     | 5-56   | 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:                               | 720    | 122-89 | 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  |
| Итого:                                        |        | 120-00 |       |       |        |       |      |      |       |     |       |       |       |      |        |

**Полдник:**

|                   |     |       |      |      |       |        |      |      |      |      |       |       |       |      |       |
|-------------------|-----|-------|------|------|-------|--------|------|------|------|------|-------|-------|-------|------|-------|
| Мандарин          | 107 | 36-80 | 0,4  | 0    | 9,0   | 26,3   | 0,02 | 0,02 | 4,18 | 10,0 | 36,39 | 44,0  | 13,0  | 0,41 | 15,65 |
| Сок               | 200 | 14-94 | 0    | 0    | 17,4  | 90,0   | 0    | 0    | 1,8  | 0    | 16,0  | 14,0  | 10,0  | 0,2  | 89,4  |
| Крендель сахарный | 60  | 18-26 | 7,3  | 7,9  | 7,1   | 118,7  | 0,1  | 0,12 | 0,02 | 60   | 57,61 | 52,0  | 2,0   | 0,59 | 4,95  |
| Итого:            | 367 | 70-00 | 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:



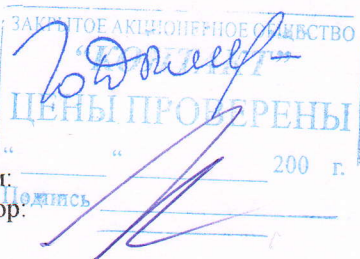
Согласовано:  
Директор школы:



Меню-раскладка на 28 апреля 2022г.  
По перспективному меню 4 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      |
|----------------------------------------------------|-----------|--------|-------|-------|--------|--------|------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|
| Каша жидкая мол-я из риса с маслом (рец.т/т/к) 250 | 30-32     | 8,64   | 13,14 | 28,99 | 327,16 | 0,21   | 0,31 | 16,85 | 160   | 176,1 | 77,66  | 24,34  | 1,31  | 145,85 |        |
| Яйцо варёное                                       | 1 шт (50) | 14-40  | 7,0   | 6,4   | 0,4    | 88,0   | 0,02 | 0,008 | 0     | 43    | 25,1   | 13     | 6,94  | 0,22   | 78,67  |
| Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)            | 200       | 20-25  | 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                      | 60        | 7-34   | 3,36  | 0,96  | 45,36  | 174,84 | 0,1  | 0,012 | 0     | 12    | 38,4   | 164,34 | 36,72 | 2,88   | 1,872  |
| Расчётная цена:                                    | 560       | 72-31  | 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:                                             |           | 70-00  |       |       |        |        |      |       |       |       |        |        |       |        |        |
| <b>Обед:</b>                                       |           |        |       |       |        |        |      |       |       |       |        |        |       |        |        |
| Салат «Здоровье» ( рец. т/т/к)                     | 70        | 16-59  | 4,2   | 5,4   | 5,0    | 78,0   | 0,03 | 0,03  | 1,13  | 100   | 42,3   | 29,7   | 8,4   | 0,14   | 52,0   |
| Суп картоф. с рыбными консер. (рец. т/т/к) 250/10  | 250/10    | 25-81  | 9,9   | 6,5   | 20,36  | 208,5  | 0,12 | 0,14  | 1,69  | 120   | 47,7   | 64,8   | 14,3  | 0,3    | 58,28  |
| Азу (рец. т/т/к)                                   | 200       | 69-10  | 10,57 | 18,75 | 39,31  | 280,8  | 0,08 | 0,21  | 1,92  | 0     | 68,57  | 92,6   | 12,4  | 0,97   | 117,88 |
| Напиток из шиповника (рец. т/т/к)                  | 200       | 10-57  | 0,13  | 0     | 20,6   | 83,0   | 0,02 | 0,17  | 3,33  | 10    | 93,1   | 22,9   | 18,0  | 0,7    | 188,4  |
| Хлеб пшеничный йодированный                        | 50        | 6-12   | 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                               | 75        | 8-35   | 3,9   | 0,75  | 10,98  | 156,0  | 0,14 | 0     | 16,43 | 75    | 136,33 | 54,0   | 21,3  | 1,79   | 1,88   |
| Расчётная цена:                                    | 885       | 136-54 | 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:                                             |           | 120-00 |       |       |        |        |      |       |       |       |        |        |       |        |        |
| <b>Полдник:</b>                                    |           |        |       |       |        |        |      |       |       |       |        |        |       |        |        |
| Мандарин                                           | 93        | 32-24  | 0,4   | 0     | 9,0    | 26,3   | 0,02 | 0,02  | 4,18  | 10    | 36,39  | 44,0   | 13    | 0,41   | 15,65  |
| Сок                                                | 200       | 14-94  | 0     | 0     | 17,4   | 90,0   | 0    | 0     | 1,8   | 0     | 16,0   | 14,0   | 10,0  | 0,2    | 89,4   |
| Крендель сахарный                                  | 75        | 22-82  | 8,6   | 9,2   | 11,9   | 155,7  | 0,12 | 0,14  | 1,02  | 80    | 67,61  | 62,0   | 7,0   | 1,19   | 14,95  |
| Итого:                                             | 368       | 70-00  | 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:



Меню-раскладка на 29 апреля 2022г.  
По перспективному меню 5 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       |
|-----------------------------------------|-----------|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|-------|-------|-------|---------|
| Йогурт                                  | 200 36-00 | 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    |
| Макароны запечённые с сыром(рец. т/т/к) | 150 27-68 | 14,07 | 16,77 | 41,57 | 337,08 | 0,16 | 0,09 | 11   | 169,0 | 160,29 | 92,21 | 33,05 | 1,41  | 196,402 |
| Чай с сахаром (рец. т/т/к)              | 200 2-74  | 0,2   | 0     | 16,0  | 65,0   | 0    | 0,08 | 2,6  | 0     | 8,05   | 9,79  | 5,24  | 0     | 36,60   |
| Хлеб пшеничный - йодированный           | 30 3-67   | 1,68  | 0,48  | 22,68 | 87,42  | 0,08 | 0,08 | 0    | 6,0   | 18,75  | 87,0  | 18,38 | 0,878 | 0,938   |
| Расчётная цена:                         | 580 70-09 | 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   |
| Итого:                                  | 70-00     |       |       |       |        |      |      |      |       |        |       |       |       |         |

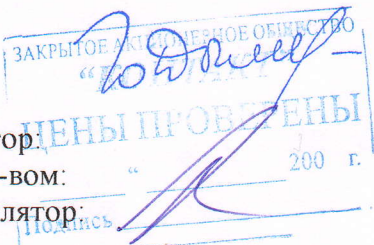
**Обед:**

|                                            |            |       |       |        |        |      |       |       |      |       |        |       |      |        |
|--------------------------------------------|------------|-------|-------|--------|--------|------|-------|-------|------|-------|--------|-------|------|--------|
| Овощи натур. свежие(помидор) ( рец. т/т/к) | 15 10-13   | 0,04  | 0,18  | 0,78   | 3,6    | 0    | 0     | 2,74  | 70,0 | 2,0   | 4,8    | 2,2   | 0,06 | 23,4   |
| Борщ «Сибирский» со сметаной (рец. т/т/к)  | 200 16-30  | 4,85  | 4,1   | 15,24  | 164    | 0,06 | 0,08  | 1,15  | 27   | 78,56 | 61,46  | 5,15  | 0,07 | 49,968 |
| Биточки мясные (рец. т/т/к)                | 70 40-74   | 11,82 | 11,28 | 9,42   | 136,9  | 0    | 0,258 | 0     | 50   | 65,42 | 55,45  | 6,73  | 0,2  | 58,52  |
| Рагу из овощей ( рец. т/т/к)               | 150 30-96  | 4,28  | 10,63 | 16,13  | 149,16 | 0,16 | 0,14  | 1,78  | 36   | 68,12 | 48,95  | 12,6  | 0,09 | 47,99  |
| Сок                                        | 200 14-94  | 0     | 0     | 23,0   | 90,0   | 0    | 0     | 1,8   | 0    | 16,0  | 14,0   | 10,0  | 0,2  | 202,0  |
| Хлеб пшеничный -йодированный               | 60 7-34    | 3,36  | 0,96  | 45,36  | 174,84 | 0,1  | 0,012 | 0     | 12,0 | 38,4  | 164,34 | 36,72 | 2,88 | 1,872  |
| Хлеб ржано-пшеничный                       | 50 5-56    | 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:                            | 770 125-97 | 26,95 | 27,65 | 117,25 | 822,5  | 0,42 | 0,49  | 21,0  | 245  | 385,0 | 429,0  | 87,5  | 4,2  | 385,0  |
| Итого:                                     | 120-00     |       |       |        |        |      |       |       |      |       |        |       |      |        |

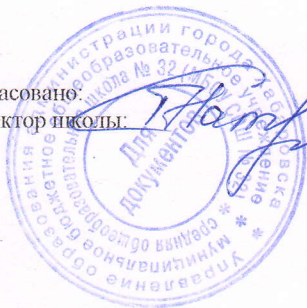
**Полдник :**

|                    |           |      |      |       |       |      |      |      |     |       |       |       |      |       |
|--------------------|-----------|------|------|-------|-------|------|------|------|-----|-------|-------|-------|------|-------|
| Кефир              | 200 31-41 | 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  |
| Булочка российская | 50 12-76  | 4,0  | 5,4  | 21,0  | 110,7 | 0,04 | 0,02 | 0,42 | 60  | 4,16  | 2,0   | 3,17  | 0,1  | 53,35 |
| Яблоко             | 107 25-83 | 0,4  | 0    | 9,0   | 26,3  | 0,02 | 0,02 | 4,18 | 10  | 17,93 | 22,0  | 16,0  | 0,91 | 15,65 |
| Итого:             | 357 70-00 | 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:             |           | 53,9 | 55,3 | 234,5 | 1645  | 0,84 | 0,98 | 42   | 490 | 770,0 | 770,0 | 175,0 | 8,4  | 770,0 |

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Согласовано  
Директор школы:



Меню-раскладка на 29 апреля 2022г.  
По перспективному меню 5 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       |
|-----------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|-------|---------|
| Йогурт                                  | 200   | 36-00 | 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    |
| Макароны запечённые с сыром(рец. т/т/к) | 200   | 32-78 | 17,32 | 20,02 | 53,57 | 429,58 | 0,21 | 0,14 | 13,5 | 219,0 | 185,29 | 112,34 | 45,55 | 2,91  | 221,402 |
| Чай с сахаром (рец. т/т/к)              | 200   | 2-74  | 0,2   | 0     | 16,0  | 65,0   | 0    | 0,08 | 2,6  | 0     | 8,05   | 9,79   | 5,24  | 0     | 36,66   |
| Хлеб пшеничный - йодированный           | 30    | 3-67  | 1,68  | 0,48  | 22,68 | 87,42  | 0,08 | 0,08 | 0    | 6,0   | 18,75  | 91,87  | 18,38 | 0,878 | 0,938   |
| Расчётная цена:                         | 630   | 75-19 | 22,5  | 23,0  | 95,75 | 680,0  | 0,35 | 0,4  | 17,5 | 225,0 | 300,0  | 300,0  | 75,0  | 4,5   | 300,0   |
| Итого:                                  |       | 70-00 |       |       |       |        |      |      |      |       |        |        |       |       |         |

**Обед:**

|                                            |     |        |       |       |        |        |      |       |       |      |        |       |       |      |       |
|--------------------------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|--------|------|-------|-------|------|--------|-------|-------|------|-------|
| Овощи натур. свежие(помидор) ( рец. т/т/к) | 20  | 13-51  | 0,04  | 0,18  | 0,78   | 3,6    | 0    | 0     | 2,74  | 70,0 | 2,0    | 4,8   | 2,2   | 0,06 | 23,4  |
| Борщ «Сибирский» со сметаной (рец. т/т/к)  | 250 | 19-60  | 5,94  | 5,13  | 23,05  | 218,6  | 0,08 | 0,09  | 1,44  | 30,0 | 87,33  | 73,83 | 6,44  | 0,09 | 59,46 |
| Биточки мясные (рец. т/т/к)                | 80  | 46-56  | 13,08 | 12,84 | 13,47  | 162,15 | 0    | 0,282 | 0     | 72,0 | 74,77  | 71,36 | 10,2  | 0,25 | 79,67 |
| Рагу из овощей ( рец. т/т/к)               | 180 | 37-48  | 6,3   | 12,76 | 25,77  | 179,39 | 0,2  | 0,16  | 1,98  | 45,0 | 83,85  | 64,66 | 21,12 | 0,11 | 73,55 |
| Компот из изюма                            | 200 | 6-53   | 0,68  | 0     | 31,22  | 136,5  | 0    | 0,02  | 2,17  | 20,0 | 15,0   | 33,75 | 22,23 | 2,96 | 181,0 |
| Хлеб пшеничный -йодированный               | 40  | 4-90   | 2,08  | 0,64  | 30,24  | 116,56 | 0,08 | 0,008 | 0     | 8,0  | 25,6   | 124,8 | 24,48 | 1,92 | 1,25  |
| Хлеб ржано-пшеничный                       | 65  | 7-23   | 3,38  | 0,65  | 9,52   | 135,2  | 0,13 | 0     | 16,17 | 70,0 | 131,45 | 46,8  | 18,33 | 0,91 | 1,63  |
| Расчётная цена:                            | 855 | 135-81 | 31,5  | 32,2  | 134,05 | 952    | 0,49 | 0,56  | 24,5  | 315  | 420    | 420,0 | 105,0 | 6,3  | 420,0 |
| Итого:                                     |     | 120-00 |       |       |        |        |      |       |       |      |        |       |       |      |       |

**Полдник :**

|                    |     |       |     |     |      |       |      |      |      |      |       |       |      |      |       |
|--------------------|-----|-------|-----|-----|------|-------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|-------|
| Кефир              | 200 | 31-41 | 3,3 | 2,5 | 3,5  | 98    | 0,06 | 0,1  | 1,4  | 0    | 87,91 | 86,0  | 5,83 | 0,19 | 41,0  |
| Булочка российская | 75  | 19-19 | 5,3 | 6,7 | 25,8 | 147,7 | 0,06 | 0,04 | 1,42 | 80,0 | 14,16 | 12,0  | 8,17 | 0,7  | 63,35 |
| Яблоко             | 90  | 21-74 | 0,4 | 0   | 9,0  | 26,3  | 0,02 | 0,02 | 4,18 | 10,0 | 17,93 | 22,0  | 16,0 | 0,91 | 15,65 |
| Итого:             | 365 | 72-34 | 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 |

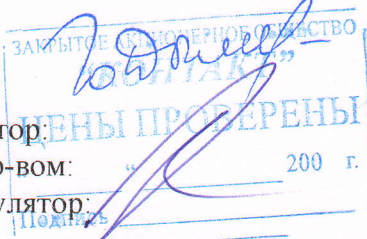
Всего: 63,0 64,4 268,1 1904,0 0,98 1,12 49,0 630 840,0 840,0 210,0 12,6 840,0

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:

200 г.



Согласовано:  
Директор школы:

Меню-раскладка на 30 апреля 2022г.

По перспективному меню 6 день

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

### Завтрак:

|                                      |     |       |      |       |       |        |      |      |       |       |       |       |       |      |        |
|--------------------------------------|-----|-------|------|-------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|--------|
| Вареники с картофелем (рец. т/т/к)   | 220 | 40-06 | 13,0 | 14,72 | 29,9  | 337,3  | 0,17 | 0,16 | 5,69  | 110   | 182,5 | 85,9  | 24,3  | 1,69 | 219,36 |
| отварные с маслом из п/ф пром. пр-ва |     |       |      |       |       |        |      |      |       |       |       |       |       |      |        |
| Кондитерские изделия                 | 50  | 14-40 | 0,34 | 3,12  | 0     | 90,96  | 0,01 | 0,18 | 11,24 | 85,0  | 6,81  | 0     | 3,78  | 0,38 | 32,37  |
| Какао с молоком (рец. т/т/к)         | 200 | 13-44 | 6,36 | 4,36  | 28,05 | 106,04 | 0,07 | 0,05 | 0,57  | 20,0  | 78,69 | 58,1  | 16,32 | 0,03 | 46,71  |
| Хлеб пшеничный - йодированный        | 50  | 6-12  | 2,8  | 0,8   | 37,8  | 145,7  | 0,1  | 0,01 | 0     | 10,0  | 32,0  | 156,0 | 30,6  | 2,4  | 1,56   |
| Расчётная цена:                      | 550 | 74-02 | 22,5 | 23,0  | 95,75 | 680    | 0,35 | 0,4  | 17,5  | 225,0 | 300,0 | 300,0 | 75,0  | 4,5  | 300,0  |
| Итого:                               |     | 70-00 |      |       |       |        |      |      |       |       |       |       |       |      |        |

### Обед :

|                                                 |        |        |       |       |        |        |       |      |       |       |       |       |       |      |        |
|-------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|--------|
| Салат «Свёколка» (рец. т/т/к)                   | 100    | 19-44  | 1,22  | 3,5   | 4,3    | 75,7   | 0,025 | 0,04 | 1,38  | 0     | 32,14 | 28,8  | 8,18  | 0,2  | 85,33  |
| Суп карт. с гречневой кр. с птицей (рец. т/т/к) | 250/20 | 32-27  | 9,03  | 9,142 | 12,7   | 166,3  | 0     | 0,05 | 0,85  | 27,0  | 21,13 | 88,94 | 10,4  | 0,25 | 131,20 |
| Тефтели рыбные в сметанном соусе(рец. т/т/к)    | 100    | 41-42  | 10,33 | 13,4  | 7,24   | 146,05 | 0,18  | 0,14 | 3,04  | 188,0 | 48,23 | 29,1  | 7,68  | 0,13 | 0      |
| Перловка отварная рассыпчатая(рец. т/т/к)       | 180    | 11-75  | 4,32  | 4,68  | 40,16  | 185,65 | 0,025 | 0,15 | 0     | 20,0  | 9,8   | 41,86 | 7,4   | 1,32 | 0      |
| Компот из кураги (рец. т/т/к)                   | 200    | 8-50   | 0,16  | 0     | 21,6   | 87,0   | 0,02  | 0,17 | 3,24  | 0     | 133,6 | 24,9  | 21,0  | 0,7  | 200,1  |
| Хлеб пшеничный – йодированный                   | 50     | 6-12   | 2,8   | 0,8   | 37,8   | 145,7  | 0,1   | 0,01 | 0     | 10,0  | 32,0  | 156   | 30,6  | 2,4  | 1,56   |
| Хлеб ржано- пшеничный                           | 70     | 7-79   | 3,64  | 0,7   | 10,25  | 145,6  | 0,14  | 0    | 15,99 | 70,0  | 143,1 | 50,4  | 19,74 | 1,3  | 1,75   |
| Расчётная цена :                                | 970    | 127-29 | 31,5  | 32,2  | 134,05 | 952,0  | 0,49  | 0,56 | 24,5  | 315   | 420,0 | 420   | 105,0 | 6,3  | 420    |
| Итого:                                          |        | 120-00 |       |       |        |        |       |      |       |       |       |       |       |      |        |

### Полдник:

|                     |     |        |      |      |       |        |      |      |      |       |       |       |       |      |       |
|---------------------|-----|--------|------|------|-------|--------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|-------|
| Молоко              | 200 | 32-02  | 3,3  | 2,5  | 3,5   | 98,0   | 0,05 | 0,09 | 3,25 | 40,0  | 82,36 | 79,92 | 14,99 | 0,7  | 45,6  |
| Ватрушка с повидлом | 75  | 18-49  | 5,3  | 6,7  | 23,0  | 122,0  | 0,05 | 0,05 | 1,13 | 50,0  | 22,43 | 24,9  | 10,63 | 0,9  | 35,5  |
| Апельсин            | 260 | 71-76  | 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:              | 535 | 122-27 | 9,0  | 9,2  | 38,3  | 272,0  | 0,14 | 0,16 | 7,0  | 90,0  | 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 | 630,0 | 840,0 | 840,0 | 210,0 | 12,6 | 840,0 |

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:

