



**Меню-раскладка на 18 апреля 2022г.  
По перспективному меню 7 день  
Для обучающихся детей с 7-11 лет Школа № 32**

<b>Завтрак:</b>	<b>Выход</b>	<b>Цена</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Э/ц</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	<b>К</b>
Каша манная на молоке с маслом(рец. т/т/к)	200	30-73	6,73	10,7	29,55	267,8	0,18	0,252	0	61,0	137,78	96,215	15,97	0,327	149,41
Сыр /порциями/	10	11-54	2,52	1,85	0	21,0	0	0,005	0,18	64,0	72,07	0	3,75	0,053	8,7
Яйцо варёное	1 шт. (50)	14-40	7,0	6,4	0,4	88,0	0,02	0,008	0	40,0	25,1	13,0	6,94	0,22	78,6
Чай с сахаром и лимоном (рец. т/т/к)	200/10	7-21	0,2	0	16,0	65,0	0	0,01	14,76	0	8,05	9,78	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
<b>Расчётная цена:</b>	<b>520</b>	<b>70-00</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,5</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>15,0</b>	<b>175</b>	<b>275,0</b>	<b>275,0</b>	<b>62,5</b>	<b>3,0</b>	<b>275,0</b>
<b>Итого:</b>		<b>70-00</b>													
<b>Обед:</b>															
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	200/10	11-03	6,04	5,6	11,67	142,3	0,04	0,05	1,05	50,0	30,38	16,49	9,45	0,3	78,3
Плов из говядины ( рец. т/т/к)	180	83-24	14,67	20,75	19,9	311,4	0,18	0,32	2,25	20,0	96,52	173,71	16,34	0,18	124,6
Компот из смеси сухофруктов (рец. т/т/к) 200	200	7-59	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	3,17	20,0	105,0	0	14,21	0,5	151,0
Батон нарезной	50	8-23	2,8	0,8	47,8	145,7	0,1	0,01	0	10,0	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	50,0	116,5	36,0	14,1	0,7	1,25
<b>Расчётная цена:</b>	<b>710</b>	<b>123-64</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,5</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>21,0</b>	<b>245</b>	<b>385,0</b>	<b>385,0</b>	<b>87,5</b>	<b>4,2</b>	<b>385</b>
<b>Итого:</b>		<b>120-00</b>													
<b>Полдник:</b>															
Сок	200	14-94	0	0	11,8	92,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,0
Рулет с сыром	60	22-32	7,3	7,9	12,7	91,0	0,08	0,12	1,58	70,0	78,79	80,82	10,62	0,8	9,8
Яблоко	136	32-74	0,4	0	9,0	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	20,6
<b>Итого:</b>	<b>396</b>	<b>70-00</b>	<b>7,7</b>	<b>7,9</b>	<b>33,5</b>	<b>235,0</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>6,0</b>	<b>70,0</b>	<b>110,0</b>	<b>110,0</b>	<b>25,0</b>	<b>1,2</b>	<b>110,0</b>
<b>Всего:</b>			<b>53,9</b>	<b>55,3</b>	<b>234,5</b>	<b>1645,0</b>	<b>0,84</b>	<b>0,98</b>	<b>42,0</b>	<b>490</b>	<b>770,0</b>	<b>770,0</b>	<b>175,0</b>	<b>8,4</b>	<b>770,0</b>

Директор: \_\_\_\_\_  
 Зав. пр-вом: \_\_\_\_\_  
 Калькулятор: \_\_\_\_\_ 200 г.  
 Подпись: \_\_\_\_\_



Согласовано:  
Директор школы:



Меню-раскладка на 18 апреля 2022г.  
По перспективному меню 7 день  
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

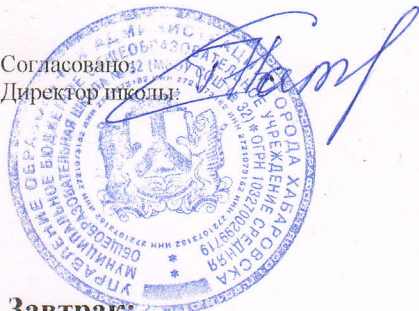
<b>Завтрак:</b>	<b>Выход</b>	<b>Цена</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Э/ц</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	<b>К</b>
Каша манная на молоке с маслом (рец. т/т/к)	250	31-99	9,42	13,79	33,99	331,16	0,23	0,3	0	106	156,38	101,715	22,35	1,537	174,098
Сыр /порциями/	10	11-54	2,52	1,85	0	21,0	0	0,5	0,18	64	72,07	0	3,75	0,053	8,7
Яйцо варёное	1 шт.	14-40	7,0	6,4	0,4	88,0	0,02	0,008	0	43	25,1	13,0	6,94	0,22	78,67
Чай с сахаром и лимоном (рец. т/т/к)	200/15	9-45	0,2	0	16,0	65,0	0	0,075	17,32	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	175,5	36,72	2,69	1,872
Расчётная цена:	585	74-72	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>															
Овощи солёные (огурец /порциями/) (рец. т/т/к)	25	9-90	0,2	0	0,425	3,25	0	0	1,25	117	5,75	3,2	3,2	0,15	35,25
Суп лапша домашняя с птицей (рец. т/т/к)	250/10	11-92	7,0	7,0	13,32	151,9	0,05	0,07	1,3	70	30,53	16,89	12,81	0,37	92,47
Плов из говядины ( рец. т/т/к)	200	84-18	16,36	23,49	23,745	349,51	0,2	0,368	2,345	21	103,99	181,57	16,76	0,61	137,528
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	70	8-57	3,36	0,96	55,36	174,84	0,1	0,012	0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,872
Хлеб ржано-пшеничный	75	8-35	3,9	0,75	10,98	156,0	0,14	0	16,435	75	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена:	830	130-51	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>															
Сок	200	14-94	0	0	11,8	92,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,0
Рулет с сыром	70	25-56	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	122	29-50	0,4	0	9,0	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	20,0
Итого:	392	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 19 апреля 2022г.  
По перспективному меню 8 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	40-38	10,81	14,75	5,23	283,98	0,15	0,292	13,23	138	164,13	84,45	20,54	0,12	186
Соус из кураги	60	11-09	0	0	20,23	80,92	0	0	1,2	9	6,58	7,65	1,16	0,93	41,04
Какао с молоком (рец. т/т/к)	200	13-63	6,36	4,36	28,05	106,04	0,07	0,05	0,57	20	78,69	58,1	16,32	0,03	46,71
Хлеб пшеничный – йодированный	40	4-90	2,08	0,64	30,24	116,56	0,08	0,008	0	8	25,6	124,8	24,48	1,92	1,25
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:**

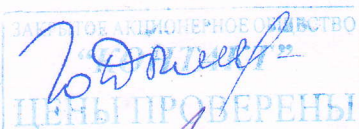
Зелёный горошек припущенный (рец. т/т/к)	20	8-09	0,72	0	1,96	11,0	0,02	0,01	0,93	90	1,12	10,86	0,02	0,08	0,1
Борщ с карт, капустой со сметаной (рец. т/т/к)	200	15-81	5,89	9,0	21,1	166,5	0,06	0,148	4,25	20	63,78	36,26	8,51	0,06	138,36
Рыба, запечённая по-гречески (рец. т/т/к)	70	41-41	10,11	9,41	11,11	143,25	0,01	0,17	0,33	48	110,2	123,54	18,15	0,18	116,79
Картофельное пюре с маслом (рец. т/т/к)	130	27-37	4,27	7,78	18,6	132,91	0,13	0,15	0,16	25	39	0	0	0,1	47,0
Сок	200	14-94	0	0	11,8	90,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,6
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
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:	780	120-52	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385,0	385	87,5	4,2	385,1
Итого:		120-00													

**Полдник:**

Молоко	200	32-02	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	1,15	30	82,36	79,92	14,99	0,7	45,6
Булочка лётная	50	15-28	4,0	5,4	21,0	110,70	0,05	0,03	0,67	30	12,21	19,9	0,61	0,2	38,73
Мандарин	80	27-60	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10	15,43	10,18	9,4	0,3	25,67
Итого:	330	74-90	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 0,84 0,98 42,0 490 770,0 770,0 175,0 8,4 770,0



Директор: \_\_\_\_\_  
Зав. пр-вом: \_\_\_\_\_ 200 г.  
Калькулятор: \_\_\_\_\_



Согласовано:  
Директор школы



Меню-раскладка на 19 апреля 2022г.  
По перспективному меню 8 день  
Для обучающихся детей с 12-18 лет.

Школа № 32

**Завтрак:**

	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
Запеканка из творога с рисом (рец. т/т/к)	200	53-84	19,5	22,2	6,97	352,1	0,25	0,31	13,5	205	250,68	126,56	37,81	0,28	213,7
Соус из кураги	70	12-97	0	0	34,98	117,2	0	0	1,4	10	9,27	7,65	1,35	1,82	48,0
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	36,6
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:	550	75-67	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													

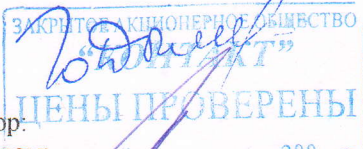
**Обед:**

Зелёный горошек припущенный (рец. т/т/к)	25	9-14	0,9	0	2,45	13,75	0,025	0,012	1,08	110	1,4	13,58	0,025	0,1	0,125
Борщ с карт, капустой со сметаной (рец. т/т/к)	250	16-24	6,56	11,05	27,38	205,13	0,064	0,177	4,63	25	67,73	44,08	10,645	0,08	155,6
Рыба, запечённая по-гречески (рец. т/т/к)	75	44-36	11,66	10,1	12,76	152,79	0,011	0,179	0,365	63	115,91	130	26,31	0,22	124,47
Картофельное пюре с маслом (рец. т/т/к)	150	31-58	5,12	9,34	23,32	159,49	0,15	0,18	0,19	30	44,23	0	0	0,34	56,4
Сок	200	14-94	0	0	11,8	90,0	0	0	1,8	0	16	14,0	10,0	0,89	79,6
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	1,87
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:	900	131-95	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0
Итого:		120-00													

**Полдник:**

Молоко	200	32-02	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	1,15	30	82,36	79,92	14,99	0,7	45,6
Булочка лётная	75	22-88	5,3	6,7	25,8	147,7	0,07	0,05	1,67	50	22,21	29,9	5,61	0,8	48,73
Мандарин	80	27-60	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10	15,43	10,18	9,4	0,3	25,67
Итого:	355	82-50	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:			63,3	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: \_\_\_\_\_ 200 г.  
Калькулятор: \_\_\_\_\_





Согласовано  
Директор школы:



Меню-раскладка на 20 апреля 2022г.  
По перспективному 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
Голубцы ленивые в соусе (рец. т/т/к)	90	50-76	12,74	15,33	9,63	210,44	0,04	0,185	0,24	95	161,26	55,95	12,24	1,0	130,09
Макароны отварные (рец. т/т/к)	160	8-64	4,23	3,78	27,88	195,5	0,18	0,08	0	70	80,09	84,46	20,54	0,08	107
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	9,79	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный – йодированный	40	4-90	2,08	0,64	30,24	116,56	0,08	0,01	0	10	25,6	124,8	24,48	1,92	1,25
Расчётная цена:	500	71-51	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													

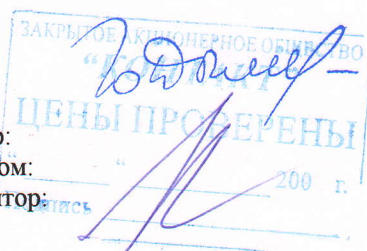
**Обед:**

Винегрет овощной (рец. т/т/к)	60	18-50	1,3	4,3	4,2	54,0	0,01	0,02	2,61	0	30,17	28,58	7,6	0,02	45,65
Суп картоф. с рыбными консер. (рец. т/т/к)	200/10	25-44	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
Жаркое по-домашнему (рец. т/т/к)	170	51-04	11,45	17,55	13,42	240,3	0,1	0,34	1,57	90	135,63	89,75	13,69	0,78	81,74
Сок	200	14-94	0	0	22,5	90	0	0	1,8	0	26,0	14	10	0,1	202,0
Батон нарезной	60	9-87	2,8	0,8	53,57	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:	750	125-35	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													

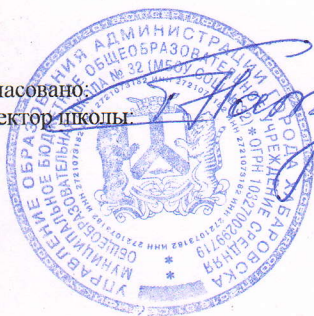
**Полдник:**

Йогурт	200	36-00	3,3	2,5	3,5	98,0	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86	5,83	0,712	41,0
Ватрушка с творогом	50	18-83	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
Яблоко	80	19-32	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:	330	74-15	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 20 апреля 2022г.  
По перспективному меню 9 день  
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 32**

<b>Завтрак:</b>	<b>Выход</b>	<b>Цена</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Э/ц</b>	<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>А</b>	<b>Са</b>	<b>Р</b>	<b>Mg</b>	<b>Fe</b>	<b>К</b>
Голубцы ленивые в соусе (рец. т/т/к)	100	51-94	14,93	17,23	11,88	251,1	0,05	0,21	0,24	105	171,24	59,83	19,6	1,77	152,0
Макароны отварные (рец. т/т/к)	200	10-88	5,29	5,13	37,63	247,34	0,22	0,105	0	110	95,11	105,58	25,68	0,81	110
Чай с сахаром и лимоном (рец. т/т/к)	200/15	9-45	0,2	0	16	65	0	0,075	17,26	0	8,05	9,79	5,24	0,9	36,66
Хлеб пшеничный – йодированный	40	4-90	2,08	0,64	30,24	116,56	0,08	0,01	0	10	25,6	124,8	24,48	1,92	1,25
Расчётная цена:	555	77-17	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>															
Винегрет овощной (рец. т/т/к)	65	20-04	2,16	5,16	7,0	70,0	0,02	0,03	3,42	0	34,29	39,78	12,16	0,03	58,34
Суп картоф. с рыбными консер. (рец. т/т/к)	250/10	25-80	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
Жаркое по-домашнему (рец. т/т/к)	200	51-63	13,0	19,04	15,78	292,2	0,11	0,38	1,6	115	136,91	95,02	18,2	2,49	98,07
Сок	200	14-94	0	0	22,5	90,0	0	0	1,8	0	26,0	14,0	10,0	0,1	202,0
Батон нарезной	70	11-52	2,8	0,8	58,16	145,7	0,1	0,01	0	10	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	143,1	50,4	19,74	0,98	1,75
Расчётная цена:	900	131-72	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0
Итого:		120-00													
<b>Полдник:</b>															
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
Ватрушка с творогом	75	28-27	5,3	6,7	23,0	122,0	0,04	0,04	2,98	90	16,88	18,82	19,79	0,88	40,1
Яблоко	80	19-32	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:	355	83-59	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	630	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0

Директор: \_\_\_\_\_  
Зав. пр-вом: \_\_\_\_\_  
Калькулятор: \_\_\_\_\_ 200 г.  
Подпись: \_\_\_\_\_

ЗАКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО  
"КОМПАКТ"  
ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ



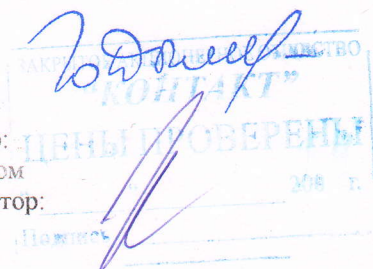
Согласовано:  
Директор школы:



Меню-раскладка на 21 апреля 2022г.  
По перспективному 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
Каша жид. на мол. из пшена с маслом (рец.т/т/к)	200	27-91	5,95	10,05	24,55	263,8	0,16	0,262	14,35	115	157,5	61	17,96	0,29	121,17
Яйцо варёное	1 шт. (50)	14-40	7,0	6,4	0,4	88	0,02	0,008	0	40	25,1	13	6,94	0,22	78,6
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	21-57	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													
<b>Обед:</b>															
Овощи натур. свежие (помидоры /порц./) т/т/к	20	13-51	0,04	0,18	0,78	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	1,39	0	52,7	81,35	4,94	0,36	16,51
Печень тушёная в сметан. соусе (рец. т/т/к)	90	49-58	13,15	14,92	16,51	209,01	0,078	0,005	5,27	47	57,85	17	0	0,27	27,25
Гречка отварная (рец. т/т/к)	150	19-68	3,75	3,75	20,67	170,4	0,12	0,095	0,9	90	7,71	79,35	20,3	0,77	115,43
Компот из кураги (рец. т/т/к)	200	8-50	0,16	0	21,6	87,0	0,02	0,16	3,24	0	133,6	24,9	21,0	0,7	200,1
Хлеб пшеничный - йодированный	45	5-51	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	1,62	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	40	4-45	1,56	0,3	4,39	62,4	0,08	0	7,46	40	99,14	21,6	8,46	0,42	0,75
Расчётная цена:	745	121-33	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21	245	385,0	385,0	87,5	4,2	385,0
Итого:		120-00													
<b>Полдник:</b>															
Сок	200	14-94	0	0	11,8	92,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,20	79,6
Рулет с сыром	60	22-32	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
Мандарин	95	32-74	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:	3558	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	0,84	0,98	42,0	490	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0

Директор:  
Зав. пр-вом  
Калькулятор:





Согласовано:  
Директор школы:



*[Handwritten signature]*

Меню-раскладка на 21 апреля 2022г.  
По перспективному 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	
Каша жид. на мол. из пшена с маслом (рец.т/т/к)250	28-24	8,64	13,14	28,99	327,16	0,21	0,312	16,85	165	176,1	77,66	24,34	1,31	145,86	
Яйцо варёное	1 шт. 14-40 (50)	7,0	6,4	0,4	88,0	0,02	0,008	0	40	25,1	13,0	6,94	0,22	78,6'	
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	21-57	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	0,01	0	10	38,4	164,34	36,72	2,88	1,8
Расчётная цена:	560	71-55	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													

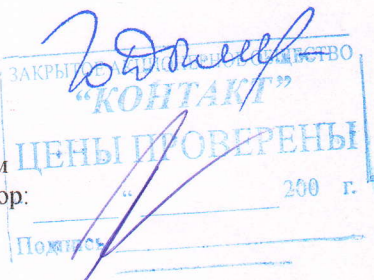
**Обед:**

Овощи натур. свежие (помидоры /порц./)	23	15-54	0,05	0,2	0,88	4,0	0,002	0	3,15	60	2,2	5,0	2,75	0,08	28,25
Рассольник со сметаной ( рец. т/т/к)	250	22-86	6,83	8,64	19,37	177,93	0,023	0,26	1,54	0	56,94	87,23	6,46	0,75	21,3
Печень тушёная в сметан. соусе (рец. т/т/к)	100	50-74	13,88	17,31	21,51	216,07	0,083	0,016	5,89	50	64,56	18,62	0	0,43	28,0
Гречка отварная (рец. т/т/к)	160	20-99	4,4	4,6	23,37	186,1	0,132	0,114	2,6	125	9,25	81,45	25,86	1,03	138,5'
Компот из кураги (рец. т/т/к)	200	8-50	0,16	0	21,6	87,0	0,02	0,16	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	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	65	7-23	3,38	0,65	9,52	135,2	0,13	0	8,08	70	121,45	46,8	18,363	0,91	1,6
Расчётная цена:	868	131-98	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:**

Сок	200	14-94	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	25-56	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
Мандарин	90	31-05	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:	360	71-55	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:



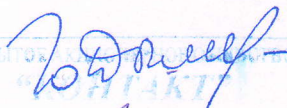


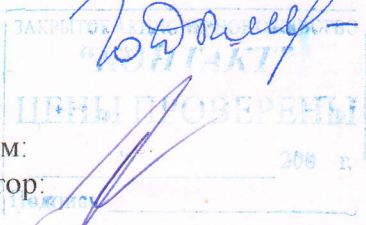
Согласовано:  
Директор школы:



Меню-раскладка на 22 апреля 2022г.  
По перспективному меню 5 день  
Для обучающихся детей с 7-11 лет Школа № 32

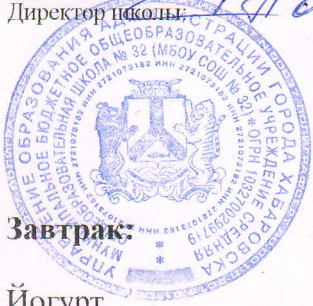
Завтрак:	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
Йогурт	200	36-00	3,3	2,5	3,5	98,0	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86,0	5,83	0,712	41,0
Макаронны запечённые с сыром(рец. т/т/к)	150	27-67	14,07	16,77	41,57	337,08	0,16	0,09	11	169,0	160,29	92,21	33,05	1,41	196,402
Чай с сахаром (рец. т/т/к)	200	2-74	0,2	0	16,0	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	70-08	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													
<b>Обед:</b>															
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)	200	17-46	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)	120	24-76	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	124-31	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													
<b>Полдник :</b>															
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 22 апреля 2022г.  
По перспективному меню 5 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
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	32-86	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	75-27	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	20-70	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)	150	30-95	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	130-38	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	80	19-40	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:	355	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 23 апреля 2022г.  
По перспективному 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
Каша жидкая молочная из риса с маслом (рец.т/т/к)	250	30-30	8,64	13,14	28,99	327,16	0,21	0,31	16,85	155	176,1	77,66	24,34	1,31	145,86
Кондитерское изделие	60	16-02	7,556	6,56	7,96	117,14	0,02	0,01	0	50	31,5	21,34	13,06	0,7	78,98
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	19-86	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:	560	72-30	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:**

Салат «Витаминный» (рец. т/т/к)	60	12-54	1,6	4,0	8,9	81,7	0,025	0,03	0,5	0	7,4	16,6	4,98	0,78	29,15
Суп картофельный рисовый (рец. т/т/к)	250	14-94	7,55	7,14	24,1	179,13	0,115	0,1	0,17	135	16,62	53,9	5,76	0,77	161,1
Птица отварная для 1 блюд (рец. т/т/к)	5	3-40	0,36	0,06	0	1,95	0,01	0,15	0,04	0	1,26	25,78	1,59	0,03	31,6
Поджарка из рыбы (рец. т/т/к)	75	41-85	8,24	10,85	7,3	147,0	0,085	0,14	3,44	100	131,11	17,1	19,87	0,87	194,8
Капуста тушёная (рец. т/т/к)	120	37-84	7,21	8,65	10,7	133,92	0,015	0,12	3,59	0	79,11	76,98	17,26	0,42	0
Кисель из конц. на плод. или ягодных экстр.	200	8-89	0,1	0	35,0	117,0	0	0,01	0,77	0	9,4	23,24	5,2	0,05	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	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	1,7
Расчётная цена:	965	133-37	31,5	32,2	134,05	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420
Итого:		120-00													

**Полдник:**

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
Апельсин	260	71-76	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 :	535	109-52	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:

