

Согласовано  
Директор школы



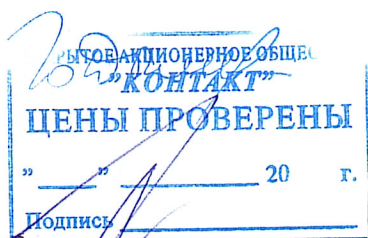
Фактическое меню на 25 сентября 2023 г.

По основному меню 7 день

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

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рет.экв	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Каша пшеничная молочная с маслом	200	55-43	6,95	10,05	24,55	263,8	0,16	0,26	2	115	135,1	105	25,34	1,06	145,73
Сыр порциями	15	16-04	3,78	2,78	0	29,07	0	0	0,18	13	108	0	5,6	0,07	13
Кондитерское изделие	50	18-26	6,64	6,44	20,52	142,21	0,06	0,01	0	31	5,1	73,21	7,94	0,99	78,67
Чай с сахаром, с лимоном	200/7	6-17	0,2	0	16	65,0	0	0	12,82	10	8,05	9,79	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	30	4-10	1,68	0,48	22,68	87,42	0,08	0,08	0	6	18,75	87	18,38	0,88	0,94
Расчётная цена:	502	100-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3,0	275
<b>Обед :</b>															
Ассорти из овощей	60	20-40	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 бобовыми	200	16-61	4,11	6,23	10,33	113,5	0,11	0,13	0	45	98,77	101,78	19,185	0,065	115,02
Мясо отварное для 1блюдо	6	13-20	1,2	0,2	0	6,51	0	0	0,04	0	1,26	25,74	2,59	0,3	31,6
Пельмени мясные отв. с маслом	160	78-41	15,47	19,73	39,59	340,69	0,11	0,35	0,03	0	1,47	27	0	0	35,34
Компот из кураги	200	18-32	0,16	0	21,6	87,0	0	0	3,24	0	133,6	24,9	21	0,7	200,1
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	50	6-22	2,6	0,5	7,32	104	0,1	0	13,53	50	116,5	36	14,1	0,7	1,25
Расчётная цена :	726	160-00	26,95	27,65	121,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385	385	87,5	4,2	385
<b>Полдник :</b>															
Бифилайф	200	36-15	3,7	2,5	3,5	98	0,06	0,11	1	0	87,94	98	5,83	0,22	41
Булочка домашняя	50	13-70	3,6	5,4	21	85	0,04	0,01	0,4	60	4,16	2	3,17	0,1	38
Яблоко	140	50-15	0,4	0	9,0	52	0,02	0,02	4,6	10	17,9	10	16	0,88	31
Итого:	390	100-00	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110	110	25	1,2	110
Всего :			53,9	55,3	238,5	1645,0	0,84	0,98	42,0	490	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:



Согласовано  
Директор школы



Фактическое меню на 25 сентября 2023 г.  
По основному меню 7 день  
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 32

Завтрак:	Выход г	Цена	Б г	Ж г	У г	Э/ц ккал	В1 мг	В2 мг	С мг	А рет.экв	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг	К мг
Каша пшеничная молочная с маслом	250	60-40	11,72	14,42	31,95	367,23	0,2	0,39	2,56	152	151,95	124,21	27,9	1,83	208,78
Сыр порциями	15	16-04	3,78	2,78	0	29,07	0	0	0,18	13	108	0	5,6	0,07	13
Кондитерское изделие	25	9-13	4	5	10	73	0,05	0	0	40	0	10	5,66	0,2	40
Чай с сахаром, с лимоном	200/10	7-59	0,2	0	16	65,0	0	0	14,76	10	8,05	9,79	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56
Расчётная цена:	550	100-00	22,5	23	95,75	680	0,35	0,4	17,5	225	300	300	75	4,5	300
<b>Обед :</b>															
Ассорти из овощей	100	22-05	1	0,32	7,61	41	0	0	4,75	185	1,85	13,58	0,03	0,04	0,13
Суп картофельный с бобовыми	250	17-28	5,2	7,85	13,91	141,88	0,11	0,13	0	45	113,46	101,78	29,48	1,07	115,02
Мясо отварное для 1блюда	6	13-20	1,2	0,2	0	6,51	0	0	0,04	0	1,26	25,74	2,59	0,3	31,6
Пельмени мясные отв. с маслом	200	83-20	17,24	22,28	42,15	373,91	0,14	0,42	0,03	0	1,5	44	0	0	69,71
Компот из кураги	200	18-32	0,16	0	21,6	87,0	0	0	3,24	0	133,6	24,9	21	0,7	200,1
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	75	9-33	3,9	0,75	10,98	156	0,14	0	16,44	75	136,33	54	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена :	881	170-22	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	24,5	315	420	420	105	6,3	420
Итого:		100-00													
<b>Полдник :</b>															
Бифилайф	200	36-15	3,7	2,5	3,5	98	0,06	0,11	1	0	87,94	98	5,83	0,22	41
Булочка домашняя	70	18-93	4,9	6,7	25,8	122	0,06	0,03	1,4	80	14,16	12	8,17	0,7	48
Яблоко	130	44-92	0,4	0	9,0	52	0,02	0,02	4,6	10	17,9	10	16	0,88	31
Итого:	400	100-00	9,0	9,2	38,3	272	0,14	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	120
Всего :			63,0	64,4	268,1	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840

Директор:  
Зав. пр-вом  
Калькулятор,



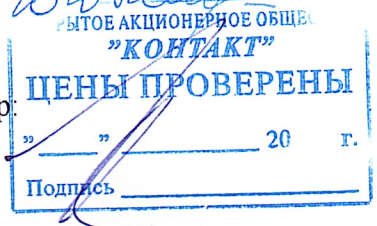




**Фактическое меню на 26 сентября 2023 г.**  
**По основному меню 8 день**  
 Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 32

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	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Котлета «Пожарская»	90	76-88	12,02	14,74	3,5	133,8	0,02	0,18	0,24	90	155,95	25,21	4,12	0,45	129,78
Макаронные изделия отварные	190	10-16	5,63	4,61	38	293,85	0,18	0,16	0	75	91	104	18,54	0,15	107
Чай с шиповником	200	11-59	0,2	0	16	87,0	0	0	14,76	0	8,05	9,79	9,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	20	1-37	1,4	0,4	26,25	72,85	0,1	0,01	0	10	20	136	30,6	2,4	1,56
Расчётная цена:	500	100-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3,0	275
<b>Обед :</b>															
Салат «Витаминный»	60	14-85	1,0	2,42	5,34	61	0,02	0,02	2,74	0	6,9	13,04	2,99	0,07	19,49
Щи из св. капусты со сметаной	200	19-01	7,43	6,3	19,28	143,4	0,1	0,08	0,14	120	14,09	60	3,01	0,16	37,86
Птица отварная для 1блюд	5	5-80	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	100	77-48	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	17-28	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	12-52	0	0	24,89	90	0	0	1,8	0	26	14	10	0,1	202
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	50	6-22	2,6	0,5	7,32	104	0,1	0	13,53	50	116,5	36	14,1	0,7	1,25
Расчётная цена :	815	160-00	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385	385	87,5	4,2	385
<b>Полдник :</b>															
Кефир	200	29-62	3,3	2,5	3,5	98	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86	5,83	0,19	41
Ватрушка с сыром	50	20-13	4	5,4	21	85	0,04	0,02	0,2	60	5,7	14	6,17	0,6	38
Банан	140	50-25	0,4	0	9,0	52	0,02	0,02	4,4	10	16,39	10	13	0,41	31
Итого:	380	100-00	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110	110	25	1,2	110
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: \_\_\_\_\_  
 « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 г.  
 Подпись \_\_\_\_\_



Согласовано  
Директор цеха



Фактическое меню на 26 сентября 2023 г.  
По основному меню 8 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	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Котлета «Пожарская»	100	85-06	12,62	15	3,85	136,16	0,03	0,285	0,74	105	164,84	28,63	5,48	1,29	132,05
Макаронные изделия отварные	220	11-31	6,88	7,2	38,1	311,14	0,22	0,105	0	110	95,11	105,58	29,68	0,81	110
Чай с шиповником	200	11-59	0,2	0	16	87,0	0	0	14,76	0	8,05	9,79	9,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56
Расчётная цена:	570	114-80	22,5	23	95,75	680	0,35	0,4	15,5	225	300	300	75	4,5	300
Итого:		100-00													
Обед :															
Салат «Витаминный»	100	17-85	1,6	4	8,9	81,7	0,02	0,02	3,8	0	7,4	13,04	4,98	0,53	34,11
Щи из св. капусты со сметаной	250	19-63	8,98	7,88	20,93	159,25	0,13	0,09	0,68	163	15,61	61	3,76	0,2	57,3
Птица отварная для 1блюд	5	5-80	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	100	77-48	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	17-97	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	12-52	0	0	24,89	90	0	0	1,8	0	26	14	10	0,1	202
Хлеб пшеничный йодированный	60	8-21	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	75	9-33	3,9	0,75	10,98	156	0,14	0	16,44	75	136,33	54	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена :	970	168-79	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	26,5	315	420	420	105	6,3	420
Итого:		160-00													
Полдник :															
Кефир	200	29-62	3,3	2,5	3,5	98	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86	5,83	0,19	41
Ватрушка с сыром	75	27-13	5,3	6,7	25,8	122	0,06	0,04	1,2	80	15,7	24	11,17	1,2	48
Банан	130	43-25	0,4	0	9,0	52	0,02	0,02	4,4	10	16,39	10	13	0,41	31
Итого:	445	100-00	9,0	9,2	38,3	272	0,14	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	120
Всего :			63,0	64,4	268,1	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:

  
 ОБЩЕСТВО АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО  
 "КОНТАКТ"  
**ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ**  
 " 20 " г.  
 Подпись







Фактическое меню на 27 сентября 2023 г.

По основному меню 9 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	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Яичная запеканка с гренками	200	60-44	18,36	21,26	19,91	276,04	0,23	0,3	0,6	167	182,8	60,95	13,52	0,78	73,34
Салат «Фруктовый» с шоколадным соусом	110	29-58	1,9	1,1	24	200,4	0,02	0,1	13,66	50	58	109,35	16	1,1	150,48
Кисель из концентр. на плод. экстр.	200	9-60	0,16	0	21,6	87	0	0	3,24	0	33,6	24,9	21	0,7	74,93
Хлеб пшеничный йодированный	40	5-47	2,08	0,64	30,24	116,56	0,1	0	0	8	25,6	104,8	24,48	1,92	1,25
Расчётная цена:	550	105-09	22,5	23	95,75	680	0,35	0,4	17,5	225	300	300	75	4,5	300
Итого:		100-00													
<b>Обед :</b>															
Салат «Дружба»	100	21-17	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 картофельный с клёцками	250	14-38	6,91	10,5	15,39	142,9	0,03	0,37	4,17	80	50	79,9	5,5	0,54	26,06
Птица «Золотистая»	100	83-41	11,15	8,15	4,3	140,67	0,05	0	0,01	98	42	108,72	24,28	0,1	160,3
Картофельное пюре с маслом	180	31-66	4,5	9,34	22,3	149,5	0,14	0,16	0,19	30	41,37	0	0	0,27	56,4
Компот из смеси сухофруктов	200	8-46	0,68	0	30,22	116,5	0	0	3,17	20	105	0	14,21	0,5	151
Хлеб пшеничный йодированный	70	9-58	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	75	9-33	3,9	0,75	10,98	156	0,14	0	16,44	75	136,33	54	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена :	975	177-99	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	24,5	315	420	420	105	6,3	420
Итого:		160-00													
<b>Полдник :</b>															
Сок	200	28-00	0	0	11,8	90	0	0	1,8	0	16	14	10	0,2	89,4
Рулет с творогом	70	23-26	8,6	9,2	17,5	155,7	0,12	0,14	1,02	80	67,61	62	7	1,19	14,95
Груша	130	48-74	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10	36,39	44	13	0,41	15,65
Итого:	400	100-00	9,0	9,2	38,3	272	0,14	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	120
Всего :			63,0	64,4	268,1	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:



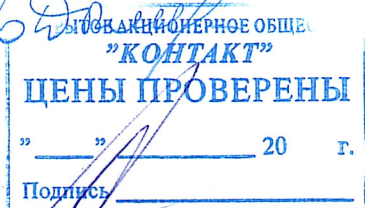




**Фактическое меню на 28 сентября 2023 г.  
По основному меню 10 день  
Для обучающихся детей с 7-11 лет. Школа № 32**

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	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Запеканка из творога с рисом	190	65-88	10,81	14,75	5,23	283,98	0,15	0,29	13,23	138	164,13	84,45	20,54	0,12	185,85
Молоко сгущённое	60	24-44	5,44	4,2	24,72	92,82	0,05	0,05	0,37	27	70,82	24,76	6,12	0,48	50,93
Чай с сахаром	200	2-84	0,2	0	16	65	0	0	1,4	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56
Расчётная цена:	500	100-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3,0	275
<b>Обед :</b>															
Салат «Мозайка»	60	15-29	0,16	5,13	5,44	73	0	0	0,91	0	4	6	3,5	0,08	36,75
Борщ «Сибирский» со сметаной	200	15-49	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	80-21	6,31	9,5	10,1	136	0,02	0,19	2,81	163	86,54	50,74	10,23	1,08	19,6
Гороховое пюре	150	9-32	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	28-00	0	0	11,8	90	0	0	2,6	0	26	14	10	0,1	96
Хлеб пшеничный йодированный	40	5-47	2,08	0,64	30,24	116,56	0,1	0,01	0	8	25,6	156	30,6	1,92	1,25
Хлеб ржано-пшеничный	50	6-22	2,6	0,5	7,32	104	0,1	0	13,53	50	116,5	36	14,1	0,7	1,25
Расчётная цена :	790	160-00	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385	385	87,5	4,2	385
<b>Полдник :</b>															
Бифилайф	200	36-15	3,7	2,5	3,5	98,0	0,06	0,11	1,0	0	87,94	98	5,83	0,22	41
Булочка домашняя	50	13-30	3,6	5,4	21	85	0,04	0,01	0,4	60	4,16	2	3,17	0,1	38
Яблоко	140	50-55	0,4	0	9,0	52	0,02	0,02	4,6	10	17,9	10	16	0,88	31
Итого:	390	100-00	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110	110	25	1,2	110
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:





*[Handwritten signature]*

**Фактическое меню на 28 сентября 2023 г.**

**По основному меню 10 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	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Запеканка из творога с рисом	230	72-95	18,94	22,04	6,97	322,96	0,25	0,39	13,5	203	244,28	118,22	31,69	0,2	213,41
Повидло	60	16-00	0	0	27,42	117,2	0	0	2,6	10	9,27	7,65	1,35	1,42	48,06
Чай с сахаром	200	2-84	0,2	0	16	65	0	0	1,4	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	60	8-21	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	100-00	22,5	23	95,75	680	0,35	0,4	17,5	225	300	300	75	4,5	300
<b>Обед :</b>															
Салат «Мозайка»	100	22-12	0,38	5,5	6,94	82,57	0	0	1,05	0	4,8	6	5,25	0,11	61,25
Борщ «Сибирский» со сметаной	250	17-99	5,94	5,13	23,05	191,45	0,08	0,09	1,44	30	87,33	73,83	6,44	0,09	59,46
Биточки мясные	100	87-38	7,13	10,24	10,98	137,6	0,02	0,21	2,97	200	87,14	51	14,71	1,16	21
Гороховое пюре	180	11-53	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	16-80	0	0	11,8	90	0	0	2,6	0	26	14	10	0,1	96
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-84	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	75	9-33	3,9	0,75	10,98	156	0,14	0	16,44	75	136,33	54	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена :	955	171-99	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	24,5	315	420	420	105	6,3	421,15
Итого:	160-00														
<b>Полдник :</b>															
Бифилайф	200	36-15	3,7	2,5	3,5	98,0	0,06	0,11	1,0	0	87,94	98	5,83	0,22	41
Булочка домашняя	70	18-37	4,9	6,7	25,8	122	0,06	0,03	1,4	80	14,16	12	8,17	0,7	46,85
Яблоко	130	38-65	0,4	0	9,0	52	0,02	0,02	4,6	10	17,9	10	16	0,88	31
Итого:	400	100-00	9,0	9,2	38,3	272	0,14	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	118,85
Всего :			63,0	64,4	268,1	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:





Согласовано  
Директор школы:



Фактическое меню на 29 сентября 2023 г.

По основному меню 11 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	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Наггетсы	100	80-00	13,34	15,16	11,41	187,3	0,04	0,295	0,64	95	171,24	79,81	19,6	1,77	152,09
Макаронные изделия	200	12-46	6,88	7,2	38,1	311,14	0,22	0,105	0	122	95,11	105,6	25,68	0,81	110
Чай с сахаром, с лимоном	200/12	8-54	0,2	0	16	65,0	0	0	16,86	0	8,05	9,79	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	40	5-47	2,08	0,64	30,24	116,56	0,1	0	0	8	25,6	104,8	24,48	1,92	1,25
Расчётная цена:	552	106-47	22,5	23	95,75	680	0,36	0,4	17,5	225	300	300	75	4,5	300
Итого:		100-00													
<b>Обед :</b>															
Салат «Здоровье»	100	22-62	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 гречневой крупой с птицей	250/10	29-87	9,07	8,74	11,92	147,49	0	0,06	0,5	16	60,34	79,36	8,08	0,03	130,62
Рыба запечён. по-любительски	100	60-42	9,83	7,21	4,31	149,27	0,1	0,3	0,94	99	104,1	91,4	14,3	0,36	115,3
Картофельное пюре с маслом	180	35-39	5,12	9,34	23,32	159,4	0,15	0,19	0,19	30	44,23	0	0	0,34	56,4
Кисель из конц. на плодовой	200	9-60	0,16	0	21,6	87,0	0	0	3,24	0	33,6	24,9	21,0	0,8	74,93
Хлеб пшеничный йодированный	70	9-58	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	75	9-33	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 :	985	176-81	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	24,5	315	420	420	105	6,3	420
Итого:		160-00													
<b>Полдник :</b>															
Сок	200	28-00	0	0	17,4	90,0	0	0	1,8	0	16	14	10	0,2	89,4
Кондитерское изделие	42	15-84	8,6	9,2	11,9	155,7	0,11	0,14	1,02	80	67,61	62,0	7,0	1,19	14,95
Банан	148	56-16	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	100-00	9,0	9,2	38,3	272	0,13	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	120
Всего :			63,0	64,4	268,1	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор:





**Фактическое меню на 30 сентября 2023 г.  
По основному меню 12 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	рет.экв сут	мг	мг	мг	мг	мг
Печень запечённая	100	63-77	12,24	10,34	11,24	245,53	0,22	0,3	13,83	203	132,4	11,0	21,28	1,37	224,53
Рис отварной	190	14-69	3,4	9,2	18,15	169,63	0,01	0,02	3,02	0	68,8	79,66	10	0,16	0
Кофейный напиток с молоком	200	19-37	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	8-21	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	106-04	22,5	23	95,75	680	0,36	0,4	17,5	225	300	300	75	4,5	300
Итого:		100-00													
<b>Обед :</b>															
Салат «Морковный»	100	18-98	0,2	5,13	6,74	79,0	0	0	1,25	122	5,75	4,6	3,85	0,2	37
Суп картофельный с фасолью	250	16-04	6,86	9,63	20,7	180,5	0,02	0,25	1,5	0	55,9	91,7	7,18	0,75	20,64
Капуста тушёная с мясом	200	100-94	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
Сок	200	16-80	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	6-84	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	9-33	3,9	0,75	10,98	156	0,14	0	16,44	75	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена :	875	168-93	31,5	32,2	134,05	952	0,49	0,56	24,5	315	420	420	105	6,3	420
Итого :		160-00													
<b>Полдник :</b>															
Молоко (кипячённое)	200	28-30	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	22-39	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
Апельсин	130	49-31	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:	405	100-00	9,0	9,2	38,3	272	0,14	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	120
<b>Всего :</b>			63,0	64,4	268,1	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840

Директор:  
Зав. пр-вом:  
Калькулятор: