



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 32



Алфимова Т.В.

Дата: 14.12.2022

### Меню горячего питания 5 - 11 классов

| №<br>п/п       | Наименование блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества |      |          | Энергети<br>ческая<br>ценность | Цена         |
|----------------|------------------------|-----------------|------------------|------|----------|--------------------------------|--------------|
|                |                        |                 | Белки            | Жиры | Углеводы |                                |              |
| <b>ЗАВТРАК</b> |                        |                 |                  |      |          |                                |              |
| 1              | омлет из свежих овощей | 60              | 1,3              | 4,6  | 5,8      | 70,2                           | 3,4          |
| 2              | мясо в томате          | 120             | 9,8              | 6,8  | 4,6      | 119,6                          | 38,08        |
| 3              | картофель пюре         | 180             | 3,4              | 5,8  | 29,5     | 183,6                          | 16,69        |
| 4              | сок фруктовый          | 200             | 2,0              | 0,2  | 3,8      | 24,9                           | 2,0          |
| 5              | хлеб пшеничный         | 50              | 3,7              | 0,4  | 24,6     | 117,1                          | 2,5          |
| 6              | хлеб ржаной            | 35              | 2,3              | 0,4  | 13,9     | 68,4                           | 1,75         |
| 7              | кондитерское           | 30              | 1,6              | 3,3  | 17,2     | 106,2                          | 17,4         |
|                | <b>Итого:</b>          |                 |                  |      |          |                                | <b>99,82</b> |
| <b>ОБЕД</b>    |                        |                 |                  |      |          |                                |              |
| 1              | овощи натур. салат     | 100             | 0,8              | 0,2  | 2,3      | 13,3                           | 38,88        |
| 2              | суп с горошкой         | 250             | 5,8              | 4,1  | 15,8     | 123,6                          | 9,8          |
| 3              | курица в томате        | 100             | 21,5             | 17,4 | 1,9      | 250,8                          | 26,9         |
| 4              | макаронная еда         | 180             | 6,6              | 6,4  | 37,6     | 225,5                          | 10,07        |
| 5              | картофель фри          | 200             | 0,5              | 0,3  | 14,0     | 60,7                           | 5,41         |
| 6              | хлеб пшеничный         | 55              | 4,1              | 0,5  | 27,0     | 128,9                          | 2,75         |
| 7              | хлеб ржаной            | 40              | 2,6              | 0,4  | 15,8     | 78,2                           | 2            |
|                | <b>Итого:</b>          |                 |                  |      |          |                                | <b>95,81</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                        |                 |                  |      |          |                                |              |
|                |                        |                 |                  |      |          |                                |              |
|                |                        |                 |                  |      |          |                                |              |
|                | <b>Итого:</b>          |                 |                  |      |          |                                |              |

Исполнитель: повар

(подпись)

Иорданова М.И.  
(Ф.И.О)