

Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 06 сентября 2021г.
По перспективному меню 7 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe	K
Завтрак:															
Каша манная на молоке с маслом (рец. т/т/к)	250	35-59	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	9-22	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.	13-50	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	8-73	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	6-70	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	73-74	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	9-16	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	13-97	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	80-03	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	7-34	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	7-81	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	7-61	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	125-92	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	13-68	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	27-63	8,6	9,2	17,5	128,0	0,1	0,14	2,58	90	88,79	90,82	15,62	1,4	19,8
Яблоко	120	28-98	0,4	0	9,0	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	20,6
Итого:	390	70-29	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:															

Всего:

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:

Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 06 сентября 2021г.
По перспективному меню 7 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 манная на молоке с маслом(рец. т/т/к)	200	35-21	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	9-22	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)	13-50	7,0	6,4	0,4	88,0	0,02	0,008	0	40,0	25,1	13,0	6,94	0,22	78,67
Чай с сахаром и лимоном (рец. т/т/к)	200/10	6-49	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	5-58	2,24	0,64	15,12	116,56	0,1	0,01	0	0	25,6	101,92	24,5	1,17	1,25
Расчётная цена:	520	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:															
Овощи солёные (огурец /порциями/) (рец. т/т/к)20		7-39	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		13-26	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	79-87	14,67	20,75	19,9	311,4	0,18	0,32	2,25	20,0	96,52	173,71	16,34	0,18	124,69
Компот из смеси сухофруктов (рец. т/т/к) 200		7-34	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	7-20	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	5-07	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
Расчётная цена:	710	120-13	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:															
Сок	200	13-68	0	0	11,8	92,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	79,6
Рулет с сыром	60	23-68	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	135	32-64	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:	395	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	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 07 сентября 2021г.
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	К
Запеканка из творога с рисом (рец. т/т/к)	200	43-63	10,81	15,07	7,23	297,32	0,26	0,26	14,25	0,155	179,73	86,46	35,77	2,01	188,18
Соус из кураги	60	12-03	2,2	1,34	17,98	21,62	0,01	0,01	0,1	0,01	9,27	7,65	1,35	0,02	12,28
Какао с молоком (рец. т/т/к)	200	9-88	4,0	2,7	28,3	152,0	0,02	0,07	0,65	0,01	60,4	45,0	7,0	0,09	73,6
Хлеб пшеничный – йодированный	40	4-46	2,24	0,64	30,24	116,56	0,01	0,01	0	0	25,6	135,89	18,38	0,88	0,94
Расчётная цена:	500	70-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15,0	0,175	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0
Итого:		70-00													
Обед:															
Зелёный горошек припущенный (рец. т/т/к)	20	5-63	0,16	0,03	0,5	3,5	0,02	0,01	0,93	0,085	1,12	10,86	0,02	0,08	0,1
Борщ с карт, капустой со сметаной (рец. т/т/к)	200	15-20	5,89	9,0	18,0	166,5	0,02	0,124	4,57	0,02	58,58	30,02	17,95	0,06	168,5
Рыба, запечённая по-гречески (рец. т/т/к)	100	54-22	11,03	9,34	7,78	155,5	0,01	0,174	1,08	0,03	110,2	122,55	18,15	0,05	116,8
Картофельное пюре с маслом (рец. т/т/к)	150	20-81	3,81	7,78	23,0	130,5	0,14	0,162	0,83	0,04	41,6	0	0	0,11	0
Сок	200	13-68	0,1	0	22,65	101,0	0,03	0,01	0,8	0	18,6	29,57	9,66	0,32	98,1
Хлеб пшеничный – йодированный	60	6-70	3,36	1,0	38,0	161,5	0,1	0,01	0	0,02	38,4	156,0	36,72	2,88	1,5
Хлеб ржано-пшеничный	50	5-07	2,6	0,5	7,32	104,0	0,1	0	13,59	0,05	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена:	780	121-31	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	0,245	385	385	87,5	4,2	385,0
Итого:		120-00													
Полдник:															
Молоко	200	21-65	3,3	2,5	3,5	98,0	0,03	0,09	3,25	0,04	82,36	79,92	14,95	0,7	45,6
Булочка лётная	50	10-98	3,8	5,4	20,2	85,0	0,03	0,02	0,12	0,03	12,43	19,9	7,02	0,2	25,5
Банан	181	37-37	0,6	0	9,8	52,0	0,04	0,03	2,63	0	15,21	10,48	3,03	0,3	38,9
Итого:	431	70-00	7,7	7,9	33,5	235,0	0,12	0,14	6,0	0,07	110,0	110,0	25,0	1,2	110,0
Всего:			53,9	55,3	234,5	1645,0	0,85	0,968	42,0	0,49	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:





Согласовано:
Директор школы:

Меню-раскладка на 07 сентября 2021г.
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)	230	51-75	19,5	22,2	6,97	352,1	0,25	0,31	13,5	205	250,68	126,56	37,81	0,28	213,72
Соус из кураги	70	13-91	0	0	34,98	117,2	0	0	1,4	10	9,27	7,65	1,35	1,82	48,06
Чай сахаром (рец. т/т/к)	200	2-02	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	5-58	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
Итого:	550	73-26	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	7-03	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	17-02	6,56	11,05	27,38	205,13	0,064	0,177	4,63	25	67,73	44,08	10,645	0,08	155,65
Рыба, запечённая по-гречески (рец. т/т/к)	110	60-95	11,66	10,1	12,76	152,79	0,011	0,179	0,365	63	115,91	130	26,31	0,22	124,473
Картофельное пюре с маслом (рец. т/т/к)	180	24-33	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	13-68	0	0	11,8	90,0	0	0	1,8	0	16	14,0	10,0	0,89	79,6
Хлеб пшеничный – йодированный	60	6-70	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	75	7-61	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	137-32	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	21-65	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	16-45	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
Банан	160	33-12	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:	435	71-22	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

ЗАКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
"КОНТАКТ"
ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ
200 г.
Подпись:

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 08 сентября 2021г.
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	50-31	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
Макаронны отварные (рец. т/т/к)	160	8-77	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	6-49	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	4-46	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	70-03	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													

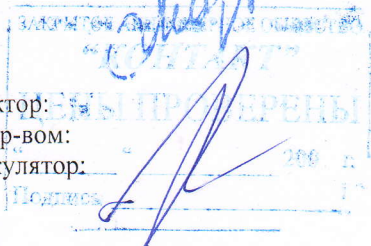
Обед:

Винегрет овощной (рец. т/т/к)	60	16-77	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	20-34	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	55-50	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	13-68	0	0	22,5	90	0	0	1,8	0	26,0	14	10	0,1	202,0
Батон нарезной	60	8-64	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	5-07	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	120-00	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	14-02	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	120	28-98	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:	370	79-00	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 08 сентября 2021г.
По перспективному меню 9 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
Голубцы ленивые в соусе (рец. т/т/к)	100	51-17	15,72	13,98	10,22	251,1	0,025	0,075	2,71	0,072	111,99	51,13	22,44	2,12	131,35
Макароны отварные (рец. т/т/к)	200	9-47	4,34	8,38	39,34	244,34	0,225	0,24	0	0,143	76,66	103,2	22,82	0,31	130,74
Чай с сахаром и лимоном (рец. т/т/к)	200/15	8-73	0,2	0	16,0	68,0	0	0,075	14,76	0	85,75	9,78	5,24	0,9	36,66
Хлеб пшеничный – йодированный	40	4-46	2,24	0,64	30,24	116,56	0,1	0,01	0,03	0,01	25,6	135,89	24,5	1,17	1,25
Расчётная цена:	555	73-83	22,5	23,0	95,8	680,0	0,35	0,4	17,5	0,225	300,0	300,0	75,0	4,5	300,0
Итого:		70-00													

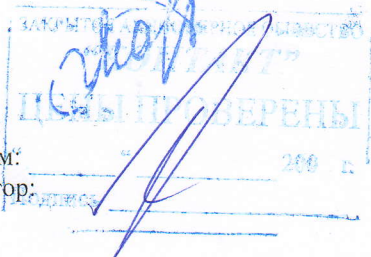
Обед:

Винегрет овощной (рец. т/т/к)	100	27-58	1,5	6,84	7,0	70,0	0,033	0,033	2,71	0	24,5	40,58	18,47	0,77	58,34
Суп картоф. с рыбными консер. (рец. т/т/к)	250/10	21-73	5,08	6,75	18,97	181,3	0	0,12	2,56	0,122	74,58	92,4	14,52	0,68	74,83
Жаркое по-домашнему (рец. т/т/к)	200	57-01	18,28	16,95	30,75	318,0	0,257	1,6	0,110	67,42	95,02	18,2	1,25	84,58	
Сок	200	13-68	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	0,8	0	105,0	0	18,21	0,5	201,0
Батон нарезной	70	10-08	3,36	1,0	38,0	161,5	0,1	0,01	0	0,013	32,0	156,0	30,6	2,4	1,25
Хлеб ржано-пшеничный	70	7-10	2,6	0,5	9,66	104,7	0,1	0	16,83	0,07	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена:	900	137-18	31,5	32,2	134,6	952,0	0,49	0,56	24,5	0,315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0
Итого:		120-00													

Полдник:

Йогурт	200	36-00	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	3,25	0,04	82,36	69,32	14,99	0,7	45,6
Ватрушка с творогом	75	21-05	5,1	6,7	25,8	121,0	0,09	0,06	0	0,05	0	0	10,63	0,7	55,5
Яблоко	100	24-10	0,6	0	9,0	52,0	0	0,02	2,95	0	37,64	50,68	4,38	0,1	18,9
Итого:	375	81-15	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	0,09	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0
Всего:			63,0	64,4	268,8	1904,0	0,98	1,12	49,0	0,63	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

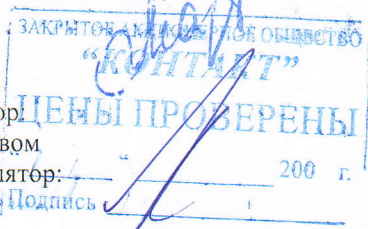


Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 09 сентября 2021г.
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	28-31	5,81	10,05	24,55	264,75	0,16	0,19	14,35	0,125	157,5	74,0	17,96	2,91	121,48	
Яйцо варёное	1 шт. (50)	13-50	7,14	6,4	0,4	88,0	0,02	0,08	0	0,04	25,1	0	6,94	0	78,67
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	22-61	3,5	2,5	21,0	90,0	0,02	0,07	0,65	0,01	60,4	45,0	7,0	0,09	73,6
Хлеб пшеничный -йодированный	50	5-58	2,8	0,8	37,8	145,0	0,1	0,01	0	0	32,0	156,0	30,6	0	1,25
Расчётная цена:	500	70-00	19,25	19,75	83,75	587,75	0,3	0,35	15,0	0,175	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0
Итого:		70-00													
Обед:															
Овощи натур. свежие (помидоры /порц./) т/т/к	20	5-10	0,6	0	3,0	7,0	0,034	0,008	3,67	0,046	3,0	5,5	4,25	0,2	27,25
Рассольник со сметаной (рец. т/т/к)	200	16-69	5,49	7,7	22,75	179,89	0,038	0,197	1,92	0,06	53,8	68,1	1,445	0,004	109,17
Печень тушёная в сметан. соусе (рец. т/т/к)	90	71-31	12,95	15,2	8,11	144,21	0,138	0	0,87	0,004	38,39	13,66	4,905	1,629	27,25
Гречка отварная (рец. т/т/к)	150	11-43	3,75	3,75	20,67	170,4	0,111	0,095	0,11	0,085	7,71	80,84	230,3	0,967	19,96
Компот из кураги (рец. т/т/к)	200	6-39	0,16	0	21,6	87,0	0,02	0,18	0,87	0	133,6	24,9	21,0	0,7	200,12
Хлеб пшеничный -йодированный	45	5-02	2,8	0,8	37,8	145,0	0,1	0,01	0,03	0	32,0	156,0	30,6	0	1,25
Хлеб ржано-пшеничный	40	4-06	1,2	0,2	3,32	89,0	0,1	0	13,53	0,05	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена:	745	120-00	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	0,245	385,0	385,0	87,5	4,2	385,0
Итого:		120-00													
Полдник:															
Сок	200	13-68	0,1	0	10,4	96,0	0,04	0,035	1,8	0,005	52,11	55,0	9,41	0,25	36,0
Рулет с сыром	60	23-68	6,8	7,9	12,1	87,0	0,04	0,065	0	0,055	34,95	33,0	9,585	0	43,0
Банан	160	33-12	0,8	0	11,0	52,0	0,04	0,04	4,25	0,01	22,9	22,0	12,0	0,95	31,0
Итого:	420	70-48	7,7	7,9	33,5	235,0	0,12	0,14	6,0	0,07	110,0	110,0	25,0	1,2	110,0
Всего:			53,9	55,3	234,5	1645,2	0,84	0,98	42,0	0,49	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0



Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Подпись

Согласовано:
Директор школы



Меню-раскладка на 09 сентября 2021г.
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	K	
Каша жид. на мол. из пшена с маслом (рец.т/т/к)	250	29-39	9,06	13,3	36,6	356,3	0,21	0,24	16,82	0,175	182,5	99,0	30,46	2,31	146,48	
Яйцо варёное	1 шт. (50)	13-50	7,14	6,4	0,4	88,0	0,02	0,08	0	0,04	0,09	25,1	0	6,94	0	78,67
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	22-61	3,5	2,5	21,0	90,0	0,02	0,07	0,65	0,01	60,4	45,0	7,0	0,096	73,6	
Хлеб пшеничный -йодированный	60	6-70	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0,03	0	32,0	156,0	30,6	0	1,25	
Расчётная цена:	560	72-20	22,5	23,0	95,8	680,0	0,35	0,4	17,5	0,225	300,0	300,0	75,0	4,5	300,0	
Итого:		70-00														

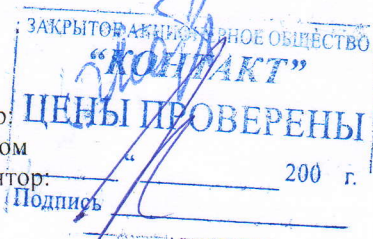
Обед:

Овощи натур. свежие (помидоры/ порц./)	23	5-86	0,72	0	3,6	8,4	0,034	0,01	3,68	0,019	3,6	6,6	5,1	0,24	30,6	
Рассольник со сметаной (рец. т/т/к)	250	18-85	6,83	10,2	17,51	181,19	0,047	0,23	2,0	0,075	60,94	68,6	0,7	0,004	136,47	
Печень тушёная в сметан. соусе (рец. т/т/к)	100	72-17	13,44	15,9	15,9	211,0	0,138	0	2,02	0,016	48,67	38,2	16,136	1,5	27,6	
Гречка отварная (рец. т/т/к)	180	13-72	4,4	4,6	27,63	198,21	0,111	0,11	0	0,135	17,79	89,7	26,0	0,24	23,74	
Компот из кураги (рец. т/т/к)	200	6-39	0,16	0	21,6	87,0	0,02	0,18	3,24	0	133,6	24,9	21,0	0,7	200,12	
Хлеб пшеничный -йодированный	50	5-58	3,36	1,0	38,0	161,5	0,1	0,01	0,03	0,02	38,9	156,0	36,72	2,88	1,5	
Хлеб ржано-пшеничный	65	6-59	2,6	0,5	9,76	104,7	0,1	0	13,53	0,07	116,5	36,0	5,0	0,7	0	
Расчётная цена:	868	129-16	31,5	32,2	134,0	952,0	0,49	0,56	24,5	0,315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0	
Итого:		120-00														

Полдник:

Сок	200	13-68	0,1	0	10,4	96,0	0,04	0,035	1,8	0,005	52,15	55,0	9,415	0,25	36,0
Рулет с сыром	70	27-63	8,1	9,2	16,9	124,0	0,08	0,105	0	0,075	44,95	43,0	5,9	0,47	55,0
Банан	150	31-05	0,8	0	11,0	52,0	0,04	0,02	5,2	0,01	22,9	22,0	14,685	1,08	31,0
Итого:	420	72-36	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	0,09	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	0,63	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0

Директор:
Зав. пр-вом
Калькулятор:



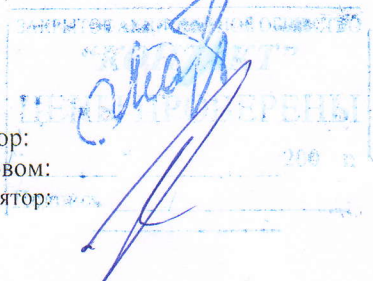
Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 10 сентября 2021г.
По перспективному меню 11 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
Десерт творожный	125	36-00	7,2	3,5	5,2	129,06	0,02	0,01	14,22	0,03	54,69	4,28	19,18	0,36	120,66
Макаронные изделия отв. с маслом (рец. т/т/к)	150	10-72	4,43	10,04	27,57	187,52	0,13	0,195	0	0,115	42,55	110,7	12,34	1,1	116,69
Сыр /порциями/	10	9-22	1,94	3,03	0	31,5	0	0,005	0,24	0,01	144,15	0	0	0,17	0,17
Какао с молоком (рец. т/т/к)	200	10-71	4,0	2,7	28,3	152,0	0,05	0,13	0,54	0,02	14,5	58,1	12,6	0,49	36,54
Хлеб пшеничный – йодированный	30	3-35	1,68	0,48	22,68	87,42	0,1	0,01	0	0	19,2	101,92	18,38	0,88	0,94
Расчётная цена :	515	70-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15,0	0,175	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0
Итого:		70-00													
Обед:															
Овощи натуральные свежие (огурец/порциями/)	25	5-67	0,2	0	0,8	7,0	0,015	0,02	4,3	0	3,5	6,5	5,0	0,23	32,5
Борщ «Сибирский» со сметаной (рец. т/т/к)	200	15-75	4,3	4,1	15,24	164,0	0,35	0,18	0,77	0,02	68,4	41,32	12,6	0,26	88,4
Птица тушёная в кисло-сладком соусе (рец.т/т/к)	90	60-64	12,98	14,47	6,91	161,0	0,03	0,16	0,89	0,042	64,3	72,63	10,23	0,28	99,6
Гороховое пюре (рец. т/т/к)	150	8-10	3,67	7,78	27,58	124,5	0,14	0,12	0,71	0	41,4	69,8	22,07	0,25	133,14
Сок (1пачка)	200	19-50	0,4	0	21,6	117,0	0	0	0,8	0,12	58,9	2,75	2,0	0,08	30,11
Хлеб пшеничный – йодированный	50	5-58	2,8	0,8	37,8	145,0	0,1	0,01	0	0,013	32,0	156,0	30,6	2,4	1,25
Хлеб ржано - пшеничный	50	5-07	2,6	0,5	7,32	104,0	0,1	0	13,53	0,05	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена :	765	120-31	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	0,245	385,0	385,0	87,5	4,2	385,0
Итого:		120-00													
Полдник:															
Яблоко	150	34-89	0,8	0	5,0	52,0	0,03	0	4,6	0	22,06	12,0	13,67	0,48	41,52
Бифилайф	200	24-00	3,3	2,5	2,5	98,0	0,06	0,11	1,4	0,02	87,94	98,0	5,83	0,22	41,0
Булочка домашняя	50	11-11	3,6	5,4	22,0	85,0	0,03	0,03	0	0,05	0	0	5,5	0,5	27,48
Итого :	400	70-00	7,7	7,9	33,5	235,0	0,12	0,14	6,0	0,07	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	0,49	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 10 сентября 2021г.
По перспективному меню 11 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
Десерт творожный	125	36-00	7,2	3,5	5,2	129,06	0,02	0,01	16,72	0,03	54,6	4,28	19,18	0,36	120,66
Макаронные изделия отв. с маслом (рец. т/т/к)	200	11-95	7,68	13,29	39,57	289,02	0,18	0,245	0,0,165	67,55	135,7	24,84	2,6	141,69	
Сыр /порциями/	15	13-91	1,94	3,03	0	31,5	0	0,005	0,24	0,01	144,15	0	0	0,17	0,17
Какао с молоком (рец. т/т/к)	200	10-71	4,0	2,7	28,3	152,0	0,05	0,13	0,54	0,02	14,5	58,1	12,6	0,49	36,54
Хлеб пшеничный – йодированный	30	3-35	1,68	0,48	22,68	87,42	0,1	0,01	0	0	19,2	101,92	18,38	0,88	0,94
Расчётная цена :	570	75-92	22,5	23,0	95,75	680,0	0,35	0,4	17,5	0,225	300,0	300,0	75,0	4,5	300,0
Итого:		70-00													

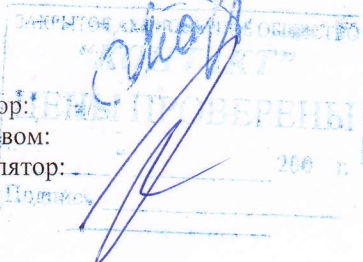
Обед:

Овощи натур. свежие (огурец/порциями/)	30	6-80	0,2	0	0,8	7,0	0,015	0,02	4,3	0	3,5	6,5	5,0	0,23	32,5
Борщ «Сибирский» со сметаной (рец. т/т/к)	250	17-28	4,3	4,1	22,76	258,0	0,35	0,18	0,77	0,07	78,4	61,32	15,1	0,96	108,4
Птица тушёная в кисло-сладком соусе (рец.т/т/к)	100	67-13	15,03	16,92	6,91	193,6	0,03	0,23	0,89	0,042	84,3	82,63	20,23	1,28	104,6
Гороховое пюре (рец. т/т/к)	180	9-33	6,07	9,78	34,37	116,0	0,14	0,12	0,71	0	46,4	74,8	27,07	0,65	143,14
Сок	200	13-68	0,4	0	21,6	117,0	0	0	5,77	0,12	58,9	2,75	2,0	0,08	30,11
Хлеб пшеничный – йодированный	50	5-58	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0,03	0,013	32,0	156,0	30,6	2,4	1,25
Хлеб ржано - пшеничный	75	7-61	2,7	0,6	9,76	114,7	0,1	0	20,03	0,07	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена :	885	127-41	31,5	32,2	134,0	952,0	0,49	0,56	32,5	0,315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0
Итого:		120-00													

Полдник:

Яблоко	130	31-40	0,4	0	11,0	52,0	0,03	0	5,6	0	22,06	22,0	16,67	0,48	41,52
Бифилайф	200	24-00	3,3	2,5	2,5	98,0	0,06	0,11	1,4	0,04	87,94	98,0	5,83	0,22	41,0
Булочка домашняя	70	15-55	5,3	6,7	24,9	122,0	0,05	0,05	0	0,05	10,0	0	7,5	1,1	37,48
Итого :	525	70-95	9,0	9,2	38,4	272,0	0,14	0,16	7,0	0,09	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0
Всего:			63,0	64,4	268,2	1904,0	0,98	1,12	49,2	0,63	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 11 сентября 2021г.
По перспективному меню 12 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 жидкая молочная из риса с маслом (рец.т/т/к)	200	30-02	5,84	10,05	24,55	264,5	0,16	0,15	14,35	0,125	163,9	94,11	24,06	1,58	121,48
Вафли	60	10-80	8,82	6,88	23,08	116,44	0,04	0,19	0	0,04	25,1	67,97	19,19	0,74	79,29
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	24-72	3,5	2,5	21,0	90,0	0	0	0,65	0,01	60,4	45,0	7,0	0,09	73,6
Хлеб пшеничный - йодированный	40	4-46	1,612	0,32	15,12	116,556	0,1	0,01	0	0	25,6	67,92	12,25	0,59	0,63
Расчётная цена:	500	70-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15,0	0,175	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0
Итого:		70-00													

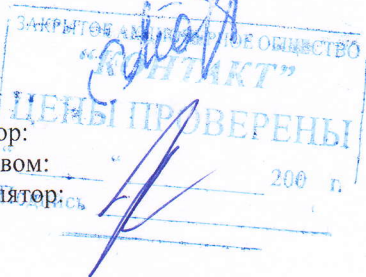
Обед:

Салат «Витаминный» (рец. т/т/к)	60	10-10	1,0	2,42	5,34	51,0	0,02	0,02	0,4	0	6,9	13,04	4,99	0,072	17,49
Суп картофельный рисовый (рец. т/т/к)	200	9-93	6,08	6,3	14,4	103,3	0,108	0,075	0,11	0,092	14,09	50,6	5,01	0,11	125,42
Птица отварная для I блюд (рец. т/т/к)	5	3-41	0,36	0,06	0	1,95	0,01	0,15	0,04	0	1,26	25,78	2,59	0,03	31,6
Поджарка из рыбы (рец. т/т/к)	100	51-79	7,08	9,79	5,79	127,55	0,082	0,117	3,22	0,06	129,08	16,2	21,15	0,608	209,24
Капуста тушёная (рец. т/т/к)	150	27-13	5,58	7,48	6,72	114,65	0,01	0,108	2,9	0	75,77	64,14	12,96	0,18	0
Кисель из конц. на плод. или ягодных экстр.	200	6-99	0,1	0	35,0	117,0	0	0,01	0,77	0	9,4	23,24	5,2	0,048	0
Хлеб пшеничный - йодированный	50	5-58	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0,03	0,013	32,0	156,0	30,6	2,4	1,25
Хлеб ржано- пшеничный	50	5-07	3,95	0,8	12,2	161,35	0,1	0	13,53	0,08	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена:	815	120-00	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	0,245	385,0	385,0	87,5	4,2	385,0
Итого:		120-00													

Полдник:

Сок	200	13-68	0,1	0	10,4	92,0	0,04	0,035	1,8	0,005	52,11	55,0	9,41	0,6	20,6
Крендель сахарный	60	13-15	7,2	7,9	16,1	91,0	0,04	0,065	0	0,055	34,95	33,0	3,59	0,4	28,4
Апельсин	250	43-17	0,4	0	7,0	52,0	0,04	0,04	4,2	0,01	22,9	22,0	12,0	0,2	61,0
Итого :	510	70-00	7,7	7,9	33,5	235,0	0,12	0,14	6,0	0,07	110,0	110,0	25,0	1,2	110,0
Всего:			53,9	55,3	234,5	1645,0	0,84	0,98	41,98	0,490	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 11 сентября 2021г.
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	31-33	7,94	12,98	24,6	357,9	0,21	0,2	16,85	0,175	244,05	94,11	24,31	2,5	145,86
Вафли	60	10-80	8,82	6,88	19,96	116,44	0,04	0,19	0	0,04	25,1	25,06	19,19	0,74	79,29
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	24-72	3,5	2,5	21,0	90,0	0	0	0,65	0	5,25	45,0	7,0	0,09	73,6
Хлеб пшеничный - йодированный	50	5-58	2,24	0,64	30,24	116,56	0,1	0,01	0	0,01	25,6	135,83	24,5	1,17	1,25
Расчётная цена:	560	72-43	22,5	23,0	95,8	680,0	0,35	0,4	17,5	0,225	300,0	300,0	75,0	4,5	300,0
Итого:		70-00													

Обед:

Салат «Витаминный» (рец. т/т/к)	100	17-09	1,6	4,0	4,3	68,0	0,03	0,03	0,5	0	7,9	31,9	7,28	0,782	29,15
Суп картофельный рисовый (рец. т/т/к)	250	10-63	6,34	9,14	28,36	201,35	0,128	0,062	0,12	0,132	17,62	53,9	7,18	0,82	161,1
Птица отварная для 1 блюд (рец. т/т/к)	5	3-41	0,36	0,06	0	1,95	0,01	0,15	0,04	0	1,26	25,78	2,59	0,03	31,6
Поджарка из рыбы (рец. т/т/к)	110	52-31	8,24	10,85	7,3	147,0	0,082	0,2	3,22	0,1	107,32	16,2	32,6	0,87	196,9
Капуста тушёная (рец. т/т/к)	180	31-17	7,21	9,1	11,58	167,0	0,04	0,108	3,59	0	108,0	76,98	14,55	0,42	0
Кисель из конц. на плод. или ягодных экстр.	200	6-99	0,1	0	35,0	117,0	0	0,01	0,77	0	9,4	23,24	5,2	0,048	0
Хлеб пшеничный - йодированный	50	5-58	2,8	0,8	37,8	145,0	0,1	0,01	0,03	0,013	32,0	156,0	30,6	2,4	1,25
Хлеб ржано - пшеничный	70	7-10	2,6	0,5	9,66	104,7	0,1	0	16,23	0,07	116,5	36,0	5,0	0,93	0
Расчётная цена:	965	134-28	31,5	32,2	134,0	952,0	0,49	0,56	24,5	0,315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0
Итого:		120-00													

Полдник:

Сок	200	13-68	0,1	0	11,8	87,0	0,04	0,035	1,8	0,005	52,11	55,0	9,41	0,6	20,6	
Крендель сахарный	75	16-44	8,6	9,2	19,5	133,0	0,06	0,085	0	0,075	44,99	63,0	8,59	1,0	48,4	
Апельсин	250	43-17	0,4	0	7,0	52,0	0,04	0,04	5,2	0,01	22,9	22,0	12,0	0,2	61,0	
Итого :	525	73-29	11,45	11,5	47,0	340,0	0,14	0,16	7,0	0,09	1,3	120	120	30,0	1,8	120,0
Всего:			63,0	64,4	268,1	1904,0	0,98	1,12	49,0	0,63	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0	

Директор:
Зав. пр-вом
Калькулятор:

