

Согласовано:
Директор школы



Меню-раскладка на 14 марта 2022г.

По перспективному меню 7 день

Для обучающихся детей с 7-11 лет Школа № 32

Завтрак:

	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	V1	V2	C	A	Ca	P	Mg	Fe	K
Каша манная на молоке с маслом(рец. т/т/к)	200	33-14	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	10-59	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.	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	6-29	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	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32,0	156,0	30,6	2,4	1,56
Расчётная цена:	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	7-99	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	14-43	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	80-83	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	7-37	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	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
Итого:		120-00													

Полдник:

Сок (1 пачка)	200	19-50	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	19-39	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
Мандарин	90	31-11	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:	350	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

ЗАКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
"КОЮЛАТ"
ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ
200 г.

Директор
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Согласовано:
Директор школы



Меню-раскладка на 14 марта 2022г.
По перспективному меню 7 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 манная на молоке с маслом (рец. т/т/к)	250	33-38	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	10-59	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	8-41	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	73-48	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	0,2	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		15-36	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	81-56	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	7-37	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	129-61	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	79,0
Рулет с сыром	70	22-41	8,6	9,2	17,5	128,0	0,1	0,14	2,58	90	88,79	90,82	15,62	1,4	19,0
Мандарин	100	34-50	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:	370	70-59	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	49,0	630	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0

Директор: _____
Зав. пр-вом: _____
Калькулятор: _____

200 г.

Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 15 марта 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	К
Запеканка из творога с рисом (рец. т/т/к)	200	46-89	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	13-01	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	11-15	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	4-46	2,08	0,64	30,24	116,56	0,08	0,008	0	8	25,6	124,8	24,48	1,92	1,21
Расчётная цена:	500	75-51	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													

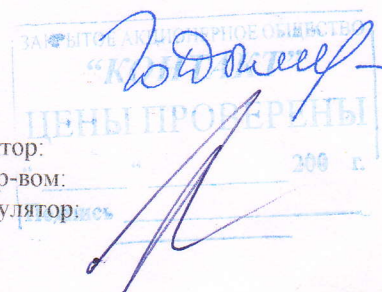
Обед:

Зелёный горошек припущенный (рец. т/т/к)	20	7-31	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	15-64	5,89	9,0	21,1	166,5	0,06	0,148	4,25	20	63,78	36,26	8,51	0,06	138,38
Рыба, запечённая по-гречески (рец. т/т/к)	100	53-69	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)	150	29-02	4,27	7,78	18,6	132,91	0,13	0,15	0,16	25	39	0	0	0,1	47,0
Сок	200	13-68	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	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	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:	780	131-11	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	27-16	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	13-25	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
Яблоко	131	29-59	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:	381	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:



Меню-раскладка на 15 марта 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)	230	54-10	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	15-03	0	0	34,98	117,2	0	0	1,4	10	9,27	7,65	1,35	1,82	48,0
Чай сахаром (рец. т/т/к)	200	2-07	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	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
Расчётная цена:	550	76-78	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													

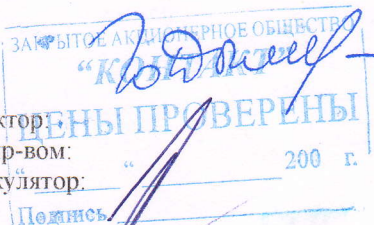
Обед:

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	18-36	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)	110	60-23	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)	180	34-02	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	1,87
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	149-74	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	27-16	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	19-88	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
Яблоко	101	22-96	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:	376	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:			63,3	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:
Калькулятор:



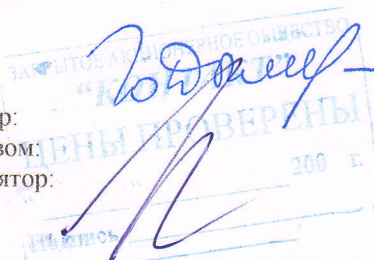
Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 16 марта 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	51-48	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	7-91	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	6-29	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	70-14	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	19-05	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	22-46	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	56-28	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	125-18	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	15-91	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
Мандарин	85	29-33	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:	335	81-24	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 16 марта 2022г.
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	52-42	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	9-97	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	8-41	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	4-46	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:	555	75-26	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													

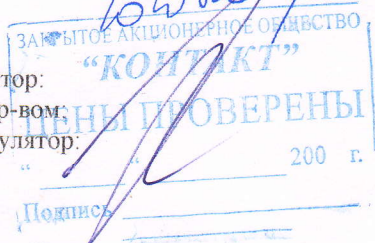
Обед:

Винегрет овощной (рец. т/т/к)	100	31-76	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	24-03	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	61-26	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	13-68	0	0	22,5	90,0	0	0	1,8	0	26,0	14,0	10,0	0,1	202,0
Батон нарезной	70	10-08	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	7-10	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	147-91	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:

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	23-89	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
Мандарин	80	27-60	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	87-49	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:



Согласовано
Директор школы:



Меню-раскладка на 17 марта 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	27-46	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	78,67
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	22-56	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	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
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													

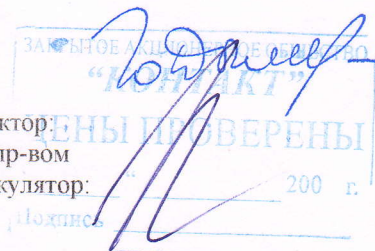
Обед:

Овощи натур. свежие (помидоры /порц./) т/т/к	20	11-82	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	18-49	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	66-05	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	15-16	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	6-94	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	5-02	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	4-06	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	127-54	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													

Полдник:

Сок	200	13-68	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	19-39	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
Яблоко	163	36-93	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:	423	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:



Меню-раскладка на 17 марта 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	28-02	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. (50)	14-40	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	22-56	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	6-70	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	71-68	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													

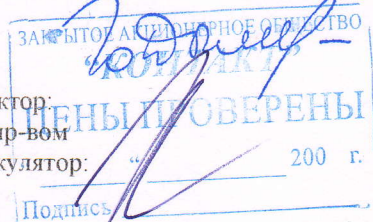
Обед:

Овощи натур. свежие (помидоры /порц./)	23	13-60	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	21-12	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	66-97	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)	180	18-19	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	6-94	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	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
Хлеб ржано-пшеничный	65	6-59	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	138-99	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	22-41	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	150	33-91	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:	420	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:



Подпись

Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 18 марта 2022г.
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
Творожная масса	100	50-75	12,67	14,94	4,42	-198,68	0,06	0,246	12,4	134,0	165,5	43,86	11,245	0,069	147,14
Макаронные изделия отв. с маслом (рец. т/т/к)	150	12-52	3,58	4,01	25,53	178,12	0,14	0,014	0	31	69,45	65,35	15,415	0,54	89,64
Чай сахаром (рец. т/т/к)	200	2-07	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	50	5-58	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10,0	32,0	156,0	30,6	2,4	1,50
Расчётная цена :	500	70-92	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													

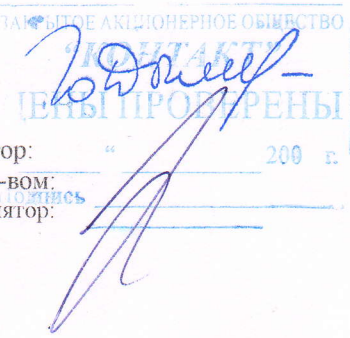
Обед:

Овощи натуральные свежие (огурец/порциями)/25		11-61	0,32	0	0,84	4,56	0	0	0,91	0	4,0	6,0	3,5	0,08	36,75
Борщ «Сибирский» со сметаной (рец. т/т/к)	200	16-01	4,85	4,1	15,24	164,0	0,06	0,08	1,15	24	78,56	61,46	5,15	0,07	49,97
Птица тушёная в кисло-сладком соусе (рец.т/т/к)90		68-54	5,43	14,47	12,1	177,59	0,02	0,19	2,81	161	83,54	50,74	10,23	0,6	19,6
Гороховое пюре (рец. т/т/к)	150	9-94	10,95	7,78	21,45	136,65	0,14	0,21	0	0	44,4	60,8	13,92	0,25	179,87
Сок	200	13-68	0	0	22,5	90,0	0	0	2,6	0	26,0	14,0	10,0	0,1	96,0
Хлеб пшеничный – йодированный	50	5-58	2,8	0,8	37,8	145,0	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 :	765	130-43	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:

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	13-02	3,6	5,4	21,0	85,0	0,04	0,01	0,4	60	4,16	2,0	3,17	0,1	38,0
Мандарин	80	27-60	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 :	330	70-62	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:

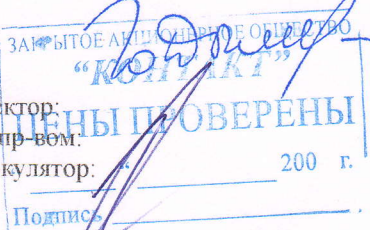


Меню-раскладка на 18 марта 2022г.
По перспективному меню 11 день

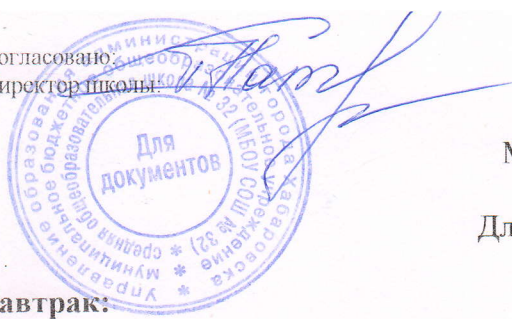
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 32

Завтрак:	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
Творожная масса	100	50-75	12,67	14,94	4,42	198,68	0,06	0,246	12,4	134	165,5	43,86	11,245	0,069	147,14
Макаронные изделия отв. с маслом (рец. т/т/к)	190	14-27	6,27	7,1	29,97	241,48	0,19	0,062	0	79	88,05	82,01	21,795	1,56	114,328
Чай сахаром (рец. т/т/к)	200	2-07	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	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	1,87
Расчётная цена :	550	73-79	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 (огурец/порциями/)	30	13-94	0,38	0	1,0	5,47	0	0	1,05	0	4,8	6,83	5,25	0,11	44,
Борщ «Сибирский» со сметаной (рец. т/т/к)	250	19-57	5,94	5,13	23,05	218,6	0,08	0,09	1,44	30	87,33	73,83	6,44	0,09	59,46
Птица тушёная в кисло-сладком соусе (рец.т/т/к)	100	75-93	7,13	15,74	13,44	187,55	0,03	0,21	2,97	195	87,14	52,38	14,71	1,16	21,7
Гороховое пюре (рец. т/т/к)	180	11-46	11,35	9,78	25,28	148,68	0,14	0,25	0	0	46,4	62,96	16,7	0,65	195,3
Сок	200	13-68	0	0	22,5	90	0	0	2,6	0	26,0	14,0	10	0,1	96,0
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
Хлеб ржано - пшеничный	75	7-61	3,9	0,75	10,98	156,0	0,14	0	16,44	80	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена :	885	147-77	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	3,7	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	70	18-01	4,9	6,7	25,8	122,0	0,06	0,03	1,4	80	14,16	12,0	8,17	0,7	48,0
Мандарин	80	27-60	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 :	350	75-61	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:



Согласовано
Директор школы



Меню-раскладка на 19 марта 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	K
Каша жидкая молочная из риса с маслом (рец.т/т/к)	250	28-96	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	15-01	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	22-41	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	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
Расчётная цена:	560	71-96	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)	100	20-20	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	13-17	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	3-91	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)	110	47-14	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)	180	43-02	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	6-99	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	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
Хлеб ржано - пшеничный	70	7-10	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:	965	147-11	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	17,4	90,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	89,4
Крендель сахарный	75	18-84	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	62-79	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	95-31	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:

