

Согласовано
Директор школы



Меню-раскладка на 27 сентября 2021г.
По перспективному меню 1 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
Сосиски «Докторские» отварные(рец.т/т/к)	50 24-05	7,47	10,6	0,5	131,0	0,04	0,165	0	52,0	7,1	51,13	0,36	1,21	107,21
Макаронные изд-я отварные с маслом(рец.т/т/к)	180 16-13	4,46	4,81	37,01	232,94	0,18	0,092	0	102,0	90,1	89,28	24,92	0,55	112,48
Сыр порциями	20 18-26	5,04	3,7	0	42,0	0	0,01	0,24	13,0	144,15	0	7,5	0,07	17,4
Чай с сахаром и лимоном (рец.т/т/к)	200/10 7-10	0,2	0	16,0	65,0	0	0,075	14,76	0	8,05	9,790	5,24	0	36,66
Хлеб пшеничный йодированный	40 4-46	2,08	0,64	30,24	116,56	0,08	0,008	0	8,0	25,6	124,8	24,48	1,17	1,25
Расчётная цена:	500 70-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15,0	175,0	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0
Итого:	70-00													

Обед:

Кукуруза в зёрных консервированная(рец.т/т/к)	35 14-12	0,4	0	3,7	8,5	0,078	0,01	4,16	140,0	1,4	13,58	0,025	0,035	0,13
Суп картофельный с бобовыми (рец.т/т/к)	200 11-97	4,11	6,23	10,33	113,5	0,11	0,13	0	45,0	98,77	101,78	19,185	0,065	115,02
Мясо отв. для 1 бл.	6 10-24	1,2	0,2	0	6,51	0,012	0,18	0,04	0	1,26	25,74	2,59	0,3	31,6
Пельмени отварные с маслом	160 64-56	15,68	19,92	36,5	357,29	0	0	0,03	0	1,47	27,0	0	0	35,34
Компот из кураги	200 8-46	0,16	0	21,6	87,0	0,02	0,16	3,24	0	133,6	24,9	21	0,7	200,1
Хлеб пшеничный йодированный	50 5-58	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10,0	32	156	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	50 5-07	2,6	0,5	7,32	104	0,1	0	13,53	50,0	116,5	36,0	14,1	0,7	1,25
Расчётная цена	701 120-00	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385,0	385,0	87,5	4,2	385
Итого:	120-00													

Полдник:

Бифилайф	200 24-00	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 11-10	3,6	5,4	21,0	85,0	0,04	0,01	0,4	60,0	4,16	2,0	3,17	0,1	38,0
Яблоко	145 34-90	0,4	0	9,0	52,0	0,02	0,02	4,6	10,0	17,9	10,0	16,0	0,88	31,0
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

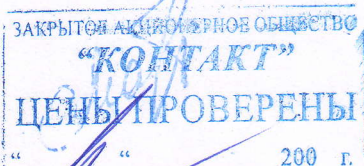
Всего :

53,9 55,3 234,5 1645,0 0,84 0,98 42,0 490,0 770,0 770,0 175,0 8,4 770,0

Директор:

Зав.пр-вом:

Калькулятор:



200 г.

Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 27 сентября 2021г.
По перспективному меню 1 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
Сосиски «Докторские» отварные(рец.т/т/к)	50	24-05	7,47	10,6	0,5	131,0	0,04	0,165	0	52,0	7,1	51,13	0,36	1,21	107,21
Макаронные изд-я отвар. с маслом(рец.т/т/к)	230	16-68	7,71	8,06	49,01	325,44	0,23	0,142	0	152	115,1	114,28	37,42	2,05	137,48
Сыр порциями	20	18-26	5,04	3,7	0	42,0	0	0,01	0,24	13,0	144,15	0	7,5	0,07	17,4
Чай с сахаром и лимоном (рец.т/т/к)	200/15	9-64	0,2	0	16,0	65,0	0	0,075	17,26	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	0,008	0	8,0	25,6	124,8	24,48	1,17	1,25
Расчётная цена:	555	73-09	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													

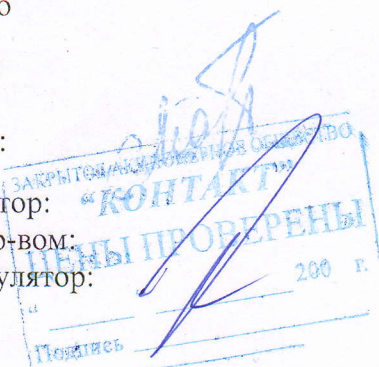
Обед:

Кукуруза в зёрных консервированная(рец.т/т/к)	40	16-14	0,46	0	4,23	9,71	0,082	0,021	4,75	160,0	1,614,52	0,03	0,4	0,14	
Суп картофельный с бобовыми(рец.т/т/к)	250	12-71	5,2	7,85	13,91	141,88	0,136	0,189	0	70,0	113,46	115,8	29,48	1,07	143,75
Мясо отв. для 1 бл. (рец. т/т/к)	6	10-24	1,2	0,2	0	6,51	0,012	0,18	0,04	0	1,26	25,74	2,59	0,3	31,6
Пельмени отварные с маслом	190	73-51	17,78	22,6	45,53	405,2	0	0	0,035	0	1,75	29,04	0	0	40,97
Компот из кураги	200	8-46	0,16	0	21,6	87	0,02	0,16	3,24	0	133,6	24,9	21	0,7	200,1
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-58	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10,0	32,0	156	30,6	2,4	1,56
Хлеб ржано-пшеничный	75	7-61	3,9	0,7	10,98	156,0	0,14	0	16,435	75,0	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена	811	134-25	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	24-00	3,3	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	15-54	4,9	6,7	25,8	122,0	0,06	0,03	1,4	80	14,16	12	8,17	0,7	48,0
Яблоко	126	30-46	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:	396	70-00	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90,0	120,0	120,0	30	1,8	120,0
Всего :			63,0	64,4	268,1	1904	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 28 сентября 2021г.

По перспективному меню 2 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)	190	48-10	10,81	14,75	5,23	283,98	0,15	0,258	11,75	138	164,13	84,45	20,54	0,12	185,85
Молоко сгущённое	50	13-18	4,88	4,04	17,16	63,68	0,05	0	0,65	25	64,42	16,425	0	0	50,618
Чай с сахаром (рец. т/т/к)	200	2-02	0,2	0	16,0	65,0	0	0,08	2,6	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	164,34	36,72	2,88	1,872
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 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	12-74	6,04	5,6	11,67	142,3	0,04	0,05	1,05	50	30,38	16,49	9,45	0,3	78,3
Овощи тушёные с мясом (рец. т/т/к)	170	69-72	15,35	20,75	37,12	337,9	0,18	0,43	3,62	40	185,52	159,71	20,55	0,48	73,69
Сок (1 пачка)	200	19-50	0	0	23	90,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,20	202,0
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	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	700	120-00	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21	245	385	385	87,5	4,2	385
Итого:		120-00													

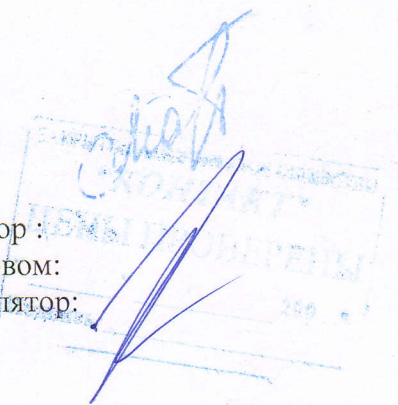
Полдник :

Груша	130	37-95	0,4	0	11,8	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	38,9
Молоко	200	21-65	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	50	11-65	4,0	5,4	18,2	85,0	0,03	0,03	0,13	30	12,43	14,9	5,63	0,3	25,5
Итого:	380	71-25	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 28 сентября 2021г.
По перспективному меню 2 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	15,97	352,1	0,25	0,31	13,5	205	250,68	126,56	37,81	0,28	213,72
Повидло	70	13-36	0	0	25,98	117,2	0	0	1,4	10	9,27	7,65	1,35	1,82	48,06
Чай с 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
Расчётная цена:	550	72-71	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														

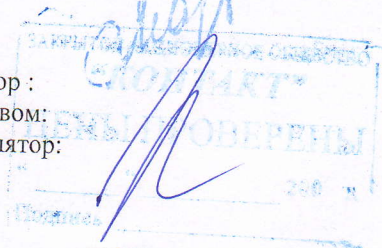
Обед:

Овощи солёные /огурец порциями/ (рец. т/т/к) 25	9-16	0,62	0	0,43	3,25	0	0	1,25	100	5,75	3,0	3,6	0,15	35,25
Суп лапша домашняя с птицей (рец. т/т/к) 250/10	13-88	7,0	7,0	13,32	151,9	0,05	0,06	1,3	70	30,53	16,89	12,81	0,37	92,47
Овощи тушёные с мясом (рец. т/т/к) 200	70-39	17,3	23,54	41,69	386,41	0,2	0,478	4,16	63	186,22	171,37	22,13	1,72	86,66
Сок 200	13-68	0	0	23,0	90,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	201,998
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 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 815	120-91	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 :

Груша 130	37-95	0,4	0	11,8	52,0	0,04	0,02	2,62	0	15,21	15,18	4,38	0,2	38,9
Молоко 200	21-65	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	17-52	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
Итого: 405	77-12	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:
Салькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 29 сентября 2021г.
По перспективному меню 3 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
90	50-05	11,22	14,16	15,66	218,04	0,09	0,184	0,37	82	230,87	42,54	8,15	0,95	110,36
150	11-85	3,75	3,75	20,67	170,4	0,12	0,095	0,9	85	7,71	79,355	20,3	0,77	115,43
20	1-62	2,0	1,2	1,18	17,5	0,01	0,055	11,13	0	2,77	7,49	4,33	0,11	11,3
200	2-02	0,2	0	16,0	65,0	0	0,008	2,6	0	8,05	9,785	5,24	0	36,66
40	4-46	2,08	0,64	30,24	116,56	0,08	0,008	0	8	25,6	135,83	24,48	1,17	1,25
500	70-00	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15,0	175	275	275	62,5	3,0	275,0
	70-00													

Шницель мясной (рец. т/т/к)

Гречка отварная (рец. т/т/к)

Соус томатный с овощами (рец. т/т/к)

Чай с сахаром(рец. т/т/к)

Хлеб пшеничный - йодированный

Расчётная цена:

Итого :

Обед:

Овощи натур. (помидор/порциями/) (рец. т/т/к) 20

Рассольник со сметаной (рец. т/т/к) 200

Птица «Золотистая» (рец. т/т/к) 90

Картофельное пюре с маслом(рец. т/т/к) 150

Компот из смеси сухофруктов (рец. т/т/к) 200

Хлеб пшеничный - йодированный 50

Хлеб ржано-пшеничный 50

Расчётная цена:

Итого :

5-86	0,04	0,176	0,778	3,6	0,002	0	2,74	58	2,0	4,8	2,2	0,06	23,4
15-05	5,49	7,7	15,5	144,39	0,02	0,22	1,391	0	52,7	81,35	4,94	0,36	16,51
63-14	11,07	10,694	7,03	175,4	0,068	0	0,009	82	37,8	106,85	21,45	0,08	144,28
18-66	4,27	7,78	18,6	132,91	0,13	0,15	0,16	25	39,0	0	0	0,1	47,0
7-34	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	3,17	20	105,0	0	14,21	0,5	151,0
5-58	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	10	32	156,0	30,6	2,4	1,56
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
120-70	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
120-00													

Полдник:

Зефир

Ватрушка с сыром

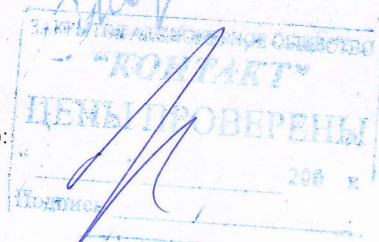
Блок

Итого:

Всего:

22-73	3,3	2,5	3,5	98,0	0,06	0,1	1,4	0	87,91	86	5,83	0,19	41,0
16-82	4,0	5,4	21,0	85,0	0,04	0,02	0,2	60	5,7	14	6,17	0,6	38,0
30-45	0,4	0	9,0	52,0	0,02	0,02	4,4	10	16,39	10,0	13,0	0,41	31,0
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
	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:
З. пр-вом:
Психолог:



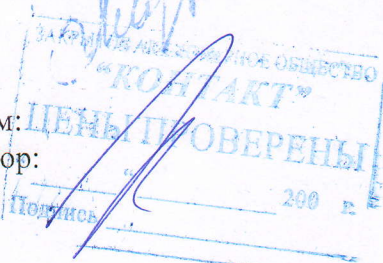
Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 29 сентября 2021г.
По перспективному меню 3 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

Завтрак:	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Ca	P	Mg	Fe	K
Шницель мясной (рец. т/т/к)	100	51-21	13,1	16,4	17,4	265,7	0,11	0,145	1,17	90	247,93	45,27	8,97	0,96	111,96
Гречка отварная (рец. т/т/к)	180	13-72	4,4	4,6	23,37	186,1	0,13	0,11	2,6	125	9,25	81,45	25,86	1,03	138,52
Соус томатный с овощами (рец. т/т/к)	20	1-62	2,0	1,2	1,18	17,5	0,01	0,055	11,13	0	2,77	7,49	4,33	0,11	11,13
Чай с 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
Расчётная цена:	550	74-15	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 нат. св. помидоры /порциями/ (рец. т/т/к)	25	7-33	0,05	0,23	0,98	4,5	0,002	0	3,15	90	2,5	6,0	2,75	0,09	29,25
Рассольник со сметаной (рец. т/т/к)	250	17-70	6,83	8,64	19,37	177,93	0,023	0,26	1,54	0	56,94	87,23	6,46	0,75	21,34
Птица «Золотистая» (рец. т/т/к)	100	70-12	12,12	12,44	11,38	191,88	0,075	0	0,015	90	43,0	116,77	29,68	0,43	158,57
Картофельное пюре с маслом(рец. т/т/к)	180	21-76	5,12	9,34	23,32	159,49	0,15	0,18	0,19	30	44,23	0	0	0,34	56,4
Компот из смеси сухофруктов	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	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	0,14	0	16,435	75	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена:	880	137-44	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:															
Кефир	200	22-73	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
Ватрушка с сыром	75	24-23	5,3	6,7	25,8	122,0	0,06	0,04	1,2	80	15,7	24	11,17	1,2	48,0
Яблоко	130	31-40	0,4	0	9,0	52,0	0,02	0,02	4,4	10	16,39	10,0	13,0	0,41	31,0
Итого:	405	78-36	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	110,0	30,0	1,8	120,0
Всего:			63	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 30 сентября 2021г.
По перспективному меню 4 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 мол. из риса с маслом (рец. т/т/к)	200	30-02	5,95	10,05	24,55	263,8	0,16	0,262	14,35	115	157,5	61,0	17,96	0,29	121,17
Яйцо варёное	1шт (50)	13-50	7,0	6,4	0,4	88,0	0,02	0,008	0	40	25,1	13	6,94	0,22	78,67
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	20-91	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	70-01	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:															
Салат «Здоровье» (рец. т/т/к)	60	10-82	3,0	4,0	3,0	61,0	0,02	0,02	0,93	80	35,1	20,95	6,28	0,08	31,2
Суп картоф. с рыбными консервами (рец. т/т/к)	200/10	22-24	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
Азу (рец. т/т/к)	150	65-76	9,62	17,85	32,29	240,3	0,07	0,17	1,72	0	63,6	88,48	7,01	0,12	109,79
Напиток из шиповника (рец. т/т/к)	200	10-53	0,13	0	20,6	83,0	0,02	0,17	3,33	10	93,1	22,9	18,0	0,7	188,4
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	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:	720	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:															
Банан	180	37-35	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10,0	36,39	44,0	13,0	0,41	15,65
Сок (1 пачка)	200	19-50	0	0	17,4	90,0	0	0	1,8	0	16,0	14,0	10,0	0,2	89,4
Крендель сахарный	60	13-15	7,3	7,9	7,1	118,7	0,1	0,12	0,02	60	57,61	52,0	2,0	0,59	4,95
Итого:	440	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	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:



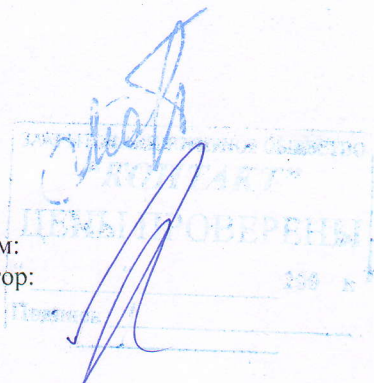
Меню-раскладка на 30 сентября 2021г.
По перспективному меню 4 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

Завтрак:	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
Каша жидкая мол-я из риса с маслом (рец.т/т/к)	250	31-33	8,64	13,14	28,99	327,16	0,21	0,31	16,85	160	176,1	77,66	24,34	1,31	145,858
Яйцо варёное	1 шт (50)	13-50	7,0	6,4	0,4	88,0	0,02	0,008	0	43	25,1	13	6,94	0,22	78,67
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	20-91	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	0,012	0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,872
Расчётная цена:	560	72-44	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:	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
Салат «Здоровье» (рец. т/т/к)	100	18-53	4,2	5,4	5,0	78,0	0,03	0,03	1,13	100	42,3	29,7	8,4	0,14	52,0
Суп картоф. с рыбными консер. (рец. т/т/к)	250/10	23-89	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
Азу (рец. т/т/к)	200	65-93	10,57	18,75	39,31	280,8	0,08	0,21	1,92	0	68,57	92,6	12,4	0,97	117,88
Напиток из шиповника (рец. т/т/к)	200	10-53	0,13	0	20,6	83,0	0,02	0,17	3,33	10	93,1	22,9	18,0	0,7	188,4
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	16,43	75	136,33	54,0	21,3	1,79	1,88
Расчётная цена:	885	132-07	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:	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Са	Р	Mg	Fe	К
Банан	193	39-88	0,4	0	9,0	26,3	0,02	0,02	4,18	10	36,39	44,0	13	0,41	15,65
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	16-44	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
Итого:	468	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 01 октября 2021г.

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	Ca	P	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
Макаронны запечённые с сыром(реп. т/т/к)	150	28-63	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 (реп. 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	30	3-35	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	70-00	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													

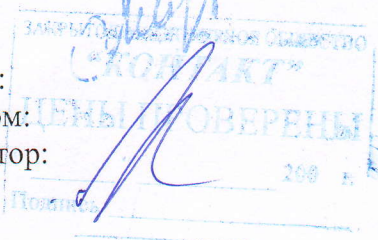
Обед:

Овощи натур. свежие(помидор) (реп. т/т/к)	20	5-86	0,4	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 (реп. т/т/к)	200	12-93	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 (реп. т/т/к)	90	57-31	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 (реп. т/т/к)	150	21-80	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	13-68	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	6-70	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	5-07	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:	770	123-35	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													

Полдник :

Кефир	200	22-73	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	9-03	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	158	38-24	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:	408	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

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



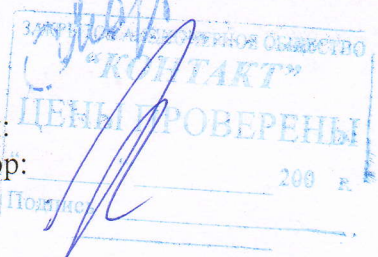
Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 01 октября 2021г.
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	31-30	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	2-02	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	30	3-35	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	72-67	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	5-86	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	15-69	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)	100	63-22	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)	180	26-20	6,3	12,76	25,77	179,39	0,2	0,16	1,98	45,0	83,85	64,66	21,12	0,11	73,59
Компот из изюма	200	4-53	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	4-46	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	6-59	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	126-55	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	22-73	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	13-59	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	139	33-68	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:	414	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 02 октября 2021г.
По перспективному меню 6 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет Школа № 32

Завтрак:

Вареники с картофелем (рец. т/т/к)	250	44-08	13,0	14,72	29,9	337,3	0,17	0,16	5,69	110	182,5	85,9	24,3	1,69	219,36
отварные с маслом из п/ф пром. пр-ва															
Печенье	50	11-25	0,34	3,12	0	90,96	0,01	0,18	11,24	85,0	6,81	0	3,78	0,38	32,37
Какао с молоком (рец. т/т/к)	200	14-05	6,36	4,36	28,05	106,04	0,07	0,05	0,57	20,0	78,69	58,1	16,32	0,03	46,71
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	1,56
Расчётная цена:	550	74-96	22,5	23,0	95,75	680	0,35	0,4	17,5	225,0	300,0	300,0	75,0	4,5	300,0
Итого:		70-00													

Обед :

Салат «Свёколка» (рец. т/т/к)	100	15-51	1,22	3,5	4,3	75,7	0,025	0,04	1,38	0	32,14	28,8	8,18	0,2	85,33
Суп карт. с гречневой кр. с птицей (рец. т/т/к)	250/20	30-15	9,03	9,142	12,7	166,3	0	0,05	0,85	27,0	21,13	88,94	10,4	0,25	131,26
Тефтели рыбные в сметанном соусе(рец. т/т/к)	100	44-79	10,33	13,4	7,24	146,05	0,18	0,14	3,04	188,0	48,23	29,1	7,68	0,13	0
Перловка отварная рассыпчатая(рец. т/т/к)	180	11-02	4,32	4,68	40,16	185,65	0,025	0,15	0	20,0	9,8	41,86	7,4	1,32	0
Компот из кураги (рец. т/т/к)	200	6-39	0,16	0	21,6	87,0	0,02	0,17	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	10,0	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	70,0	143,1	50,4	19,74	1,3	1,75
Расчётная цена :	970	120-54	31,5	32,2	134,05	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420	105,0	6,3	420
Итого:		120-00													

Полдник:

Молоко	200	21-65	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	3,25	40,0	82,36	79,92	14,99	0,7	45,6
Ватрушка с повидлом	75	13-60	5,3	6,7	23,0	122,0	0,05	0,05	1,13	50,0	22,43	24,9	10,63	0,9	35,5
Апельсин	201	34-75	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:	476	70-00	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90,0	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	630,0	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

