

Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 01 марта 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	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Макароны запечён. с сыром(рец. т/т/к)	170	55-31	17,31	19,11	37,556	405,94	0,125	0,33	3,74	0,175	1,82	241,3	129,33	32,76	0,93	237,09
Чай с сахаром и лимоном (рец. т/т/к)	200/5	3-70	0,2	0	16,0	65,0	0,075	0,01	11,26	0	0	8,05	9,785	5,24	0,9	36,66
Хлеб пшеничный – йодированный	40	3-99	2,24	0,647	30,24	116,56	0,1	0,01	0	0	0,68	25,6	135,89	24,5	1,17	1,2
Расчётная цена:		63-00	19,75	19,75	83,8	587,5	0,3	0,35	15,0	0,175	2,5	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0
Итого:		63-00														

Обед:

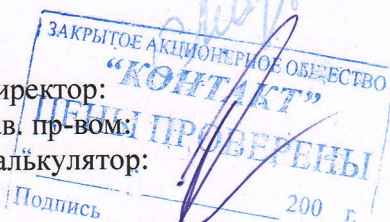
Овощи солёные (огурец /порциями/) (рец. т/т/к)	20	7-19	0,5	0	2,8	6,0	0,01	0,02	2,26	0,1	0	18,89	23,35	7,85	0,15	34,0	
Суп лапша домашняя с птицей (рец. т/т/к)	200/20	18-95	5,6	5,6	14,38	127,3	0,05	0,05	1,05	0,041	0,34	25,38	14,07	9,45	0,3	113,99	
Плов из говядины (рец. т/т/к)	180	78-56	15,02	20,85	24,48	323,0	0,26	0,3	3,26	0,055	0,45	87,23	175,75	16,39	1,27	34,7	
Компот из смеси сухофруктов (рец. т/т/к)	200	6-12	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	0,8	0	0	105,0	0	18,21	0,5	201,0	
Хлеб пшеничный – йодированный	50	4-99	2,8	0,8	37,8	145,7	0	0,01	0,1	0	0	0,68	32,0	135,89	30,6	2,4	1,25
Хлеб ржано-пшеничный	50	4-99	2,6	0,5	7,32	104,0	0,1	0	13,53	0,05	2,03	116,5	36,0	5,0	0,7	0	
Расчётная цена:		120-80	27,2	27,75	117,0	822,5	0,42	0,49	21,0	0,245	3,5	385	385,0	87,5	5,32	385,0	
Итого:		120-00															

Полдник:

Сок	200	12-24	0,01	0	11,0	92,0	0,06	0,07	3,6	0,01	0,4	104,3	110,0	18,83	0,5	72,0
Рулет с сыром	75	29-64	7,69	7,9	22,5	143,0	0,06	0,07	3,6	0,01	0,4	104,3	110,0	18,83	0,5	72,0
Итого:		41-88	7,7	7,9	33,5	235,0	0,12	0,14	6,0	0,07	1,0	110,0	110,0	25,0	1,2	110,0

Всего: 54,65 55,4 234,3 1645,0 0,84 0,98 42,3 0,49 7,0 770,0 770,0 175,0 9,5 770,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:





Меню-раскладка на 01 марта 2021г.
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	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Макароны запечён. с сыром (рец. т/т/к)	200	59-01	20,75	22,7	41,95	469,3	0,25	0,43	6,21	0,225	2,58	262,75	155,87	40,0	1,24	273,0
Чай с сахаром (рец. т/т/к)	200	1-81	0,2	0	16,0	65,0	0,075	0,01	11,26	0	0	8,05	9,785	5,24	0,9	36,66
Хлеб пшеничный – йодированный	40	4-99	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0,03	0	0,68	32,0	135,389	30,6	2,4	1,25
Расчётная цена:		65-81	23,75	23,5	95,75	680,0	0,35	0,54	17,5	0,225	3,25	300,0	300,0	75,0	4,6	300,0
Итого:		63-00														

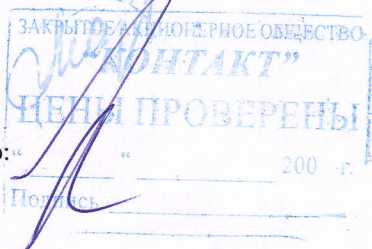
Обед:

Овощи солёные (огурец /порциями/) (рец. т/т/к)	25	8-91	0,6	0	2,8	7,0	0,02	0,03	3,77	0,135	0	31,48	34,31	13,080,25	36,72	
Суп лапша домашняя с птицей (рец. т/т/к)	250/20	19-76	7,0	7,0	21,42	148,8	0,05	0,1	1,31	0,05	0,42	31,72	17,59	11,81	0,38	142,49
Плов из говядины (рец. т/т/к)	200	80-00	16,96	23,5	31,8	403,5	0,32	0,31	3,84	0,06	0,6	96,4	176,17	20,18	1,59	38,29
Компот из смеси сухофруктов (рец. т/т/к)	200	6-12	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	0,8	0	0	105,0	0	18,21	0,5	201,0
Хлеб пшеничный – йодированный	60	5-99	3,36	1,0	38,0	161,5	0,1	0,01	0	0,02	0,82	38,9	156,0	36,72	2,88	1,5
Хлеб ржано-пшеничный	72	7-19	2,7	0,6	9,76	114,7	0,1	0	20,3	0,07	2,71	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена:		127-97	31,3	32,1	134,0	952,0	0,49	0,56	24,5	0,315	4,55	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0
Итого:		120-00														

Полдник:

Сок	200	12-24	0,05	0	5,5	46,0	0,04	0,035	1,8	0,005	0,2	52,15	55,0	9,415	0,25	36,0
Рулет с сыром	100	39-52	9,2	9,2	27,3	180,0	0,06	0,09	3,4	0,08	1,0	15,7	0	11,17	1,3	48,0
Итого:		51-76	9,3	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	0,09	1,41	120,0	110	30,0	1,8	120,0
Всего:			64,3	64,8	268,0	1904	0,98	1,12	49,0	0,63	840,0	830,0	210,0	12,6	840,0	

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор: “



Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 02 марта 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	Е	Са	Р	Mg	Fe	К
Запеканка из творога с морковью (рец. т/т/к)	150	49-10	12,43	15,27	22,1	355,0	0,2	0,26	14,25	0,155	1,96	186,13	120,43	35,77	2,01	188,16
Соус «Шоколадный» (рец. т/т/к)	15	3-49	2,2	1,34	21,97	55,08	0,01	0,01	0,1	0,01	0,03	9,27	7,65	1,35	0,02	12,2
Какао с молоком (рец. т/т/к)	200	10-45	4,0	2,7	28,3	152,0	0,02	0,07	0,65	0,01	0	60,4	45,0	7,0	0,09	73,6
Хлеб пшеничный – йодированный	20	2-00	1,12	0,32	15,12	58,88	0,01	0,01	0	0	0,68	25,6	0	18,38	0,88	0,94
Расчётная цена:		65-04	19,75	19,63	87,49	587,5	0,3	0,35	15,0	0,175	2,5	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0
Итого:		63-00														

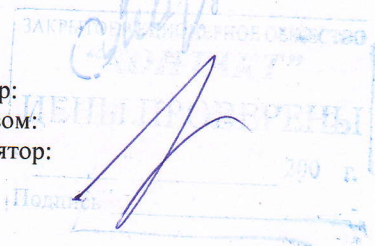
Обед:

Зелёный горошек припущенный (рец. т/т/к)	20	6-75	0,16	0,03	0,5	3,5	0,02	0,01	0,93	0,114	0	1,12	10,86	0,02	0,08	0,1
Борщ с карт, капустой со сметаной (рец. т/т/к)	200	12-16	5,89	9,0	14,05	166,5	0,02	0,124	4,57	0,02	0,35	58,58	30,02	17,95	0,06	168,5
Рыба, запечённая по-гречески (рец. т/т/к)	100	55-10	10,77	9,24	7,78	149,5	0,01	0,174	1,08	0,03	0,3	110,2	122,55	18,15	0,05	116,
Картофельное пюре с маслом (рец. т/т/к)	160	25-94	4,07	7,78	27,88	136,5	0,14	0,162	0,83	0,04	0	41,6	0	0	0,11	0
Сок	200	12-24	0,1	0	21,86	101,0	0,03	0,01	0	0	0	18,6	29,57	9,66	0,32	98,1
Хлеб пшеничный – йодированный	60	5-99	3,36	1,0	38,0	161,5	0,1	0,01	0	0,02	0,82	38,4	156,0	36,72	2,88	1,5
Хлеб ржано-пшеничный	50	4-99	2,6	0,5	7,32	104,0	0,1	0	13,559	0,05	2,03	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена:		123-17	26,95	27,55	117,39	822,5	0,42	0,49	21,0	0,274	3,5	385,0	385,0	87,5	4,2	385,
Итого:		120-00														

Полдник:

Молоко	200	21-65	3,3	2,5	3,5	98,0	0,03	0,09	3,25	0,04	0,04	82,36	79,92	14,95	0,7	385,0
Булочка лётная	50	10-92	3,8	5,4	19,0	85,0	0,03	0,02	0,12	0,03	0,6	12,43	19,9	7,02	0,2	25,5
Яблоко	150	33-75	0,6	0	11,0	52,0	0,04	0,03	2,63	0	0	15,21	10,48	3,03	0,3	38,9
Итого:		66-32	7,7	7,9	33,5	235,0	0,12	0,14	6,0	0,07	1,0	110,0	110,0	25,0	1,2	110,0
Всего:			54,4	55,08	238,4	1645,0	0,84	0,98	42,0	0,519	7,0	770	770	175	8,4	770,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

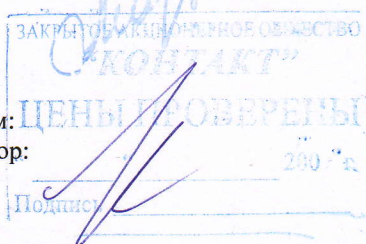




Согласовано:
Директор школы:

Меню-раскладка на 02 марта 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	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Запеканка из творога с морковью (рец. т/т/к)	200	65-46	17,86	21,02	31,53	473,33	0,23	0,31	16,75	0,205	204,73	111,46	42,15	3,22	212,8	
Соус «Шоколадный» (рец. т/т/к)	15	3-49	2,2	1,34	21,97	55,08	0,01	0,01	0,1	0,01	0,03	9,27	7,65	1,35	0,02	12,2
Чай с сахаром (рец. т/т/к)	200	1-81	0,2	0	16,0	65,0	0,02	0,07	0,65	0,01	0	60,4	45,0	7,0	0,09	73,6
Хлеб пшеничный йодированный	40	3-99	2,24	0,64	30,24	116,56	0,1	0,01	0,03	0	0,68	25,6	135,89	24,5	1,17	1,25
Расчётная цена:		74-75	22,5	23,0	95,75	676,51	0,35	0,4	17,5	0,225	3,25	300,0	300,0	75	4,5	300,0
Итого:		63-00														
Обед:																
Зелёный горошек припущенный (рец. т/т/к)	25	8-44	0,2	0,03	0,6	4,44	0,02	0,01	1,16	0,142	0	1,4	13,58	0,02	0,1	0,13
Борщ с карт, капустой со сметаной (рец. т/т/к)	250	14-78	7,6	10,75	15,85	231,3	0,05	0,154	0,75	0,03	0,84	72,87	37,34	22,33	1,2	194,6
Рыба, запечённая по-гречески (рец. т/т/к)	110	62-13	12,2	10,34	10,64	157,06	0,03	0,183	1,3	0,02	0,86	122,83	147,51	31,27	0,97	125,6
Картофельное пюре с маслом (рец. т/т/к)	180	28-82	5,08	10,38	27,2	174,0	0,16	0,193	0,99	0,05	0	49,4	0	0	0,13	0
Сок	200	12-24	0,1	0	21,86	101,0	0,03	0,01	0	0	0	18,6	29,57	9,66	0,32	98,1
Хлеб пшеничный – йодированный	60	5-99	3,36	1,0	38,0	161,5	0,1	0,01	0	0,02	0,82	38,4	156,0	36,72	2,88	1,5
Хлеб ржано-пшеничный	72	7-19	2,7	0,6	9,76	114,7	0,1	0	20,03	0,07	2,03	116,5	36,0	5,0	07	0
Расчётная цена:		139-59	31,2	33,1	123,9	944,0	0,49	0,56	24,5	0,332	4,55	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	0,03	0,09	3,25	0,04	0,04	82,36	79,92	14,95	0,7	385,0
Булочка лётная	75	16-38	5,1	6,7	23,8	122,0	0,04	0,04	1,12	0,04	0,9	22,43	24,9	10,62	0,87	35,5
Яблоко	150	33-75	0,6	0	11,0	52,0	0,04	0,03	2,63	0	0	15,21	10,48	3,03	0,3	38,9
Итого:		71-78	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	0,09	1,3	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0
Всего:			63,0	65,3	268,1	1892,5	0,98	1,12	49,0	0,647	9,1	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0



Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Меню-раскладка на 03 марта 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	Е	Са	Р	Mg	Fe	K	
Поджарка из цыплят (рец. т/т/к)	95	46-76	13,54	11,53	9,63	267,0	0,055	0,235	3,6	0,07	1,82	94,66	44,89	31,2	0,68	123,3	
Рис отварной с овощами (рец. т/т/к)	150	10-85	4,07	7,78	27,88	136,5	0,045	0,03	1,07	0,095	0	146,69	84,46	7,8	0,25	113,7	
Чай с сахаром и лимоном (рец. т/т/к)	200/3	2-95	0,2	0	16,0	68,0	0,1	0,075	2,9	0	0	8,05	9,78	0	0,9	36,66	
Хлеб пшеничный – йодированный	40	3-99	2,24	0,64	30,24	116,56	0,1	0,01	0	0,01	0,68	25,6	135,89	24,5	1,17	1,25	
Расчётная цена:		64-55	20,05	19,95	83,75	588,0	0,3	0,35	15,0	0,175	2,5	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0	
Итого:		63-00															
Обед:																	
Винегрет овощной (рец. т/т/к)	60	13-16	0,9	4,3	4,2	54,0	0,02	0,02	2,61	0	0,19	14,7	24,35	11,08	0,46	45,65	
Суп картоф. с рыбными консер. (рец. т/т/к)	200/15	24-58	4,16	6,28	16,24	164,0	0	0,11	2,56	0,089	0	60,77	81,5	8,92	0,37	60,97	
Жаркое по-домашнему (рец. т/т/к)	170	54-00	16,39	15,97	21,37	238,3	0,2	0,24	1,5	0,093	0,6	56,03	87,15	13,69	0,78	76,13	
Сок (1 пачка)	200	19-00	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	0,8	0	0	105,0	0	18,21	0,5	201,0	
Хлеб пшеничный – йодированный	50	4-99	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0	0,013	0,68	32,0	156,0	30,6	2,4	1,25	
Хлеб ржано-пшеничный	50	4-99	2,6	0,5	7,32	104,0	0,1	0	13,53	0,05	2,03	116,5	36,0	5,0	0,7	0	
Расчётная цена:		120-72	27,5	27,75	117,25	822,5	0,42	0,49	21,0	0,245	3,5	385,0	385,0	87,5	5,21	385,0	
Итого:		120-00															
Полдник:																	
Молоко	200	21-65	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	3,25	0,04	0,4	82,36	69,32	14,99	0,7	45,6	
Печенье	60	8-42	5,45	5,4	17,55	89,0	0,07	0,03	0	0,03	0,63	0	0,5	5,63	0,4	45,5	
Киви	100	42-00	0,6	0	9,0	5	2,0	0	0,02	1,95	0	0	27,64	40,18	4,38	0,1	18,9
Итого:		72-07	7,7	7,9	33,5	235,0	0,12	0,14	6,0	0,07	1,0	110,0	110,0	25,0	12,0	770,0	
Всего:			55,25	55,6	234,5	1645,0	0,84	0,98	42,0	0,49	7,0	770,0	770,0	175,0	9,41	770,0	

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 03 марта 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	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Поджарка из цыплят (рец. т/т/к)	100	49-33	14,72	12,73	12,22	315,44	0,061	0,18	3,6	0,072	2,57	144,03	46,43	37,11	1,485	131,3
Рис отварной с овощами (рец. т/т/к)	180	12-43	5,34	10,38	37,34	180,0	0,089	0,135	2,35	0,143	0	122,32	107,91	13,39	0,945	130,74
Чай с сахаром и лимоном (рец. т/т/к)	200/3	2-95	0,2	0	16,0	68,0	0,1	0,075	2,9	0	0	8,05	9,78	0	0,9	36,66
Хлеб пшеничный – йодированный	40	3-99	2,24	0,64	30,24	116,56	0,1	0,01	0	0,01	0,68	25,6	135,89	24,5	1,17	1,25
Расчётная цена:		68-70	22,5	23,75	95,8	680,0	0,35	0,4	17,5	0,225	3,25	300,0	300,0	75,0	4,5	300,0
Итого:		63-00														

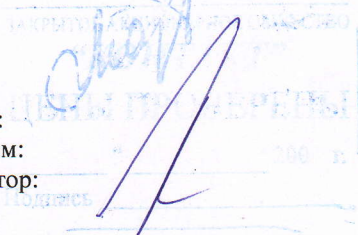
Обед:

Винегрет овощной (рец. т/т/к)	100	21-93	1,5	6,84	7,0	70,0	0,033	0,033	4,35	0	0,32	24,5	40,58	18,47	0,77	58,34
Суп картоф. с рыбными консер. (рец. т/т/к)	250/15	28-10	5,08	6,75	18,97	200,0	0	0,12	2,56	0,122	0	74,58	92,4	14,52	0,68	74,83
Жаркое по-домашнему (рец. т/т/к)	200	56-19	18,68	16,85	30,21	289,3	0,177	0,287	1,6	0,11	0,84	67,42	95,02	18,2	1,25	84,58
Сок	200	12-24	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	0,8	0	0	105,0	0	18,21	0,5	201,0
Хлеб пшеничный – йодированный	60	5-99	3,36	1,0	38,0	161,5	0,1	0,01	0	0,013	0,68	32,0	156,0	30,6	2,4	1,25
Хлеб ржано-пшеничный	72	7-19	2,7	0,6	9,76	114,7	0,18	0	20,3	0,07	2,71	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена:		131-64	32,0	32,2	134,0	952,0	0,49	0,56	24,5	0,315	4,55	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	3,25	0,04	0,4	82,36	69,32	14,99	0,7	45,6	
Печенье	75	10-53	5,1	6,7	25,8	122,0	0,09	0,06	0	0,05	0,9	0	0	10,63	0,7	55,5	
Киви	100	42-00	0,6	0	9,0	5	2,0	0	0,02	1,95	0	0	27,64	40,18	4,38	0,1	18,9
Итого:		72-07	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	0,09	1,3	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0	
Всего:			63,5	65	268,1	1904	1,0	1,12	52,7	0,63	9,1	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0	

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:





Согласовано:
Директор школы:

Меню-раскладка на 04 марта 2021г.
По перспективному меню 10 день
Для обучающихся детей с 7 -11 лет. Школа № 32

Завтрак:

Завтрак:	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Каша жид. на мол. из пшена с маслом (рец.т/т/к)180	22-22	7,57	11,0	28,3	292,94	0,16	0,13	3,0	0,115	1,65	42,3	31,5	18,41	1,34	158,54	
Яйцо варёное	1 шт.	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	23-32	3,5	2,5	21,0	90,0	0,02	0,13	0,54	0,02	0,101	114,5	108,1	12,6	0,49	36,54
Хлеб пшеничный -йодированный	40	3-99	2,24	0,6	30,24	116,56	0,1	0,01	0	0	0,68	25,6	135,83	24,5	1,17	1,25
Расчётная цена:	63-03	20,45	20,5	79,94	587,5	0,3	0,35	3,57	0,175	2,5	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0	
Итого:	63-00															

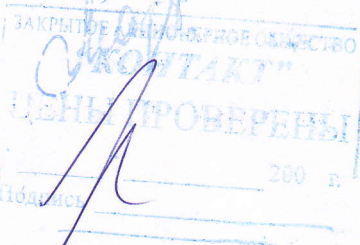
Обед:

Овощи натур. свежие (помидоры /порц./) т/т/к	25	9-09	0,6	0	3,0	7,0	0,034	0,008	3,67	0,018	0	3,0	5,5	4,25	0,2	27,25
Рассольник со сметаной (рец. т/т/к)	200	17-58	5,49	7,7	15,5	144,39	0,038	0,2	1,92	0,06	2,79	53,8	68,1	0,6	0,004	109,17
Печень тушёная в сметан. соусе (рец. т/т/к)	110	69-52	14,0	14,83	10,08	185,8	0,138	0	0,98	0,004	0	31,12	38,2	15,08	1,46	27,2
Гречка отварная (рец. т/т/к)	160	11-26	2,7	4,12	26,0	139,2	0,111	0,092	0	0,113	0,45	14,98	76,41	25,34	0,22	19,96
Компот из кураги (рец. т/т/к)	200	5-30	0,16	0	21,6	87,0	0,02	0,18	0,8	0	0	133,6	24,9	21,0	0,7	200,1
Хлеб пшеничный -йодированный	50	4-99	2,8	0,8	37,8	145,0	0,1	0,01	0	0	0,68	32,0	135,893	30,6	0	1,25
Хлеб ржано-пшеничный	30	2-99	1,2	0,2	3,32	89,0	0,1	0	13,53	0,05	2,03	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена:	120-73	26,95	27,65	117,3	797,4	0,42	0,49	31,93	0,245	4,09	385,0	385,0	101,87	5,68	385,1	
Итого:	120-00															

Полдник:

Сок	200	12-24	0,1	0	10,4	96,0	0,04	0,035	1,8	0,005	0,2	52,11	55,0	9,41	0,25	36,0
Пряник	50	8-10	6,8	7,9	12,1	89,0	0,04	0,065	0	0,055	0,8	34,95	33,0	9,585	0	43,0
Груша	200	54-00	0,8	0	11,0	52,0	0,04	0,04	4,25	0,01	0	22,9	22,0	12	0,95	31,0
Итого:		74-34	7,7	7,9	33,5	235,0	0,12	0,14	6,0	0,07	1,0	110,0	110,0	25,0	1,2	110,0
Всего:			55,1	56,05	230,74	1620,0	0,84	1,02	41,5	0,49	7,0	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0

Директор:
Зав. пр-вом
Калькулятор:

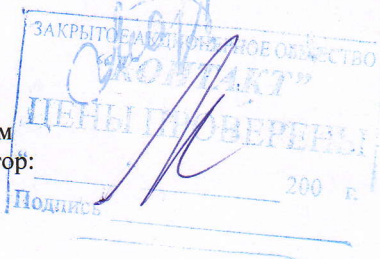




Меню-раскладка на 04 марта 2021г.
По перспективному меню 10 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет. Школа № 32

Завтрак:	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Каша жид. на мол. из пшена с маслом (рец.т/т/к)200	23-29	10,36	13,2	29,25	294,3	0,21	0,18	3,0	0,165	2,47	134,8	56,01	30,96	2,31	146,0	
Яйцо варёное	1 шт.	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	23-32	3,5	2,5	21,0	90,0	0,02	0,13	0,54	0,02	0,01	14,5	108,1	12,6	1,17	74,0
Хлеб пшеничный -йодированный	50	4-99	2,8	0,8	37,8	145,7	0,1	0,01	0,03	0	0,68	26,54	135,88	24,5	2,4	1,25
Расчётная цена:	65-10	23,8	22,9	88,445	618,0	0,35	0,41	3,57	0,225	3,25	300,0	300,0	75,0	4,5	300,0	
Итого:	63-00															
Обед:																
Овощи натур. свежие (помидоры/ порц./)	30	10-91	0,72	0	3,6	8,4	0,034	0,01	3,68	0,019	0	3,6	6,6	5,1	0,24	30,6
Рассольник со сметаной (рец. т/т/к)	250	21-39	6,83	7,9	17,51	181,19	0,047	0,23	2,0	0,075	1,16	60,94	68,6	0,7	0,004	136,47
Печень тушёная в сметан. соусе (рец. т/т/к)	120	70-38	16,34	20,95	13,7	190,8	0,138	0	3,37	0,016	0	48,67	38,2	16,136	1,5	27,6
Гречка отварная (рец. т/т/к)	190	13-38	3,6	4,95	31,2	171,0	0,111	0,11	0	0,135	0,54	17,79	89,7	26,0	0,24	23,74
Компот из кураги (рец. т/т/к)	200	5-30	0,16	0	21,6	87,0	0,02	0,18	0,8	0	0	133,6	24,9	21,0	0,7	200,1
Хлеб пшеничный -йодированный	60	5-99	3,36	1,0	38,0	161,5	0,1	0,01	0,03	0,02	0,82	38,9	156,0	36,72	2,88	1,5
Хлеб ржано-пшеничный	72	7-19	2,7	0,6	9,76	114,7	0,1	0	20,3	0,07	2,03	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена:	134-54	31,5	32,2	134,0	952,0	0,49	0,56	38,43	0,315	4,55	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0	
Итого:	120-00															
Полдник:																
Сок	200	12-24	0,1	0	10,4	96,0	0,04	0,035	1,8	0,005	0,2	52,11	55,0	9,41	0,25	36,0
Пряник	75	12-15	8,1	9,2	16,9	124,0	0,08	0,105	0	0,075	2,1	44,95	43,0	5,9	0,47	55,0
Груша	200	54-00	0,8	0	11,0	52,0	0,04	0,02	5,2	0,01	0	22,9	22,0	14,685	1,08	31,0
Итого:	78-39	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	0,09	1,3	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0	
Всего:		64,3	64,3	260,75	1842,0	0,98	1,12	49,0	0,63	9,1	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0	

Директор:
Зав. пр-вом
Калькулятор:





Меню-раскладка на 05 марта 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	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Шницель мясной (рец.т/т/к)	90	40-55	6,11	9,51	9,05	185,34	0	0,13	4,11	0,045	0	94,77	0	0,83	0,94	118,65
Макаронные изделия отв. с маслом (рец. т/т/к)	150	8-21	6,3	5,12	23,7	163,6	0,2	0,09	0	0,08	1,85	12,4	78,2	24,9	0,63	67,1
Какао с молоком (рец. т/т/к)	200	11-32	4,0	2,7	28,3	152,0	0,05	0,07	0,54	0,01	0	60,4	45,0	7,0	0,09	73,6
Хлеб пшеничный – йодированный	30	2-99	1,68	0,48	22,68	87,42	0,1	0,01	0	02	0,68	25,6	130,7	24,5	1,17	15,65
Расчётная цена :		63-07	18,09	17,81	83,73	587,5	0,35	0,3	4,65	0,135	2,61	193,0	253,9	57,23	1,93	275,1
Итого:		63-00														
Обед:																
Овощи натуральные свежие (огурец/порциями/)	25	11-61	0,2	0	0,8	7,0	0,015	0,02	4,3	0	0	3,5	6,5	5,0	0,23	32,5
Борщ «Сибирский» со сметаной (рец. т/т/к)	200	13-35	4,3	4,1	15,24	164,0	0,35	0,18	0,77	0,02	0,45	68,4	41,32	12,6	0,26	88,4
Птица тушёная в кисло-сладком соусе (рец.т/т/к)	100	62-89	12,58	14,47	6,66	149,0	0,03	0,16	0,89	0,042	0,06	64,3	72,63	10,23	0,28	99,6
Гороховое пюре (рец. т/т/к)	150	7-24	4,07	7,78	27,88	136,5	0,14	0,12	0,71	0	0,28	41,4	69,8	22,07	0,25	133,14
Сок	200	19-00	0,4	0	21,6	117,0	0	0	14,3	0,12	0	58,9	2,75	2,0	0,08	30,11
Хлеб пшеничный – йодированный	50	4-99	2,8	0,8	37,8	145,0	0,1	0,01	0	0,013	0,68	32,0	156,0	30,6	2,4	1,25
Хлеб ржано - пшеничный	50	4-99	2,6	0,5	7,32	104,0	0,1	0	13,53	0,05	2,03	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена :		124-07	27,35	27,85	117,3	824,5	0,42	0,49	34,5	0,245	3,5	385,0	385,0	87,5	4,2	385,0
Итого:		120-00														
Полдник:																
Банан	150	25-88	0,8	0	5,0	52,0	0,03	0	4,6	0	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	0,04	87,94	98,0	5,83	0,22	41,0
Вафля	50	10-80	3,6	5,4	22,0	85,0	0,03	0,03	0	0,05	0,96	0	0	5,5	0,5	27,48
Итого :		60-68	7,7	7,9	33,5	235,0	0,12	0,14	6,0	0,07	1,0	110,0	110,0	25,0	1,2	110,0
Всего:			53,14	53,5	234,5	1647	0,89	0,93	45,15	0,45	7,11	688,0	748,9	169,7	7,3	770,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:

Согласовано:
Директор школы:

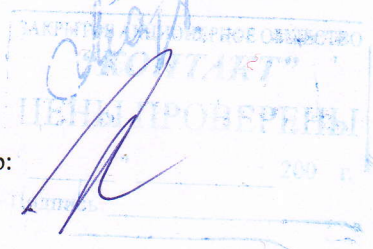


Меню-раскладка на 05 марта 2021г.
По перспективному меню 11 день
Для обучающихся детей с 12-18 лет.

Школа № 32

Завтрак:	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Шницель мясной (рец.т/т/к)	100	44-87	8,27	9,61	10,06	186,0	0	0,13	4,11	0,045	0	94,77	0	0,83	0,94	118,65
Макаронные изделия отв. с маслом (рец. т/т/к)	180	8-93	6,3	8,0	34,5	256,1	0,2	0	0	0,08	1,85	12,4	78,2	24,9	0,63	67,1
Какао с молоком (рец. т/т/к)	200	11-32	4,0	2,7	28,3	152,0	0,05	0,65	0,65	0,01	0	60,4	45,0	7,0	0,09	73,6
Хлеб пшеничный – йодированный	30	2-99	1,68	0,48	22,68	87,42	0,1	0	0,03	0	0,68	25,6	130,7	24,5	1,17	1,25
Расчётная цена :		68-11	20,25	20,79	95,5	681,0	0,35	5,03	5,03	0,225	3,25	300,0	300,0	75,0	4,5	300,
Итого:		63-00														
Обед:																
Овощи натур. свежие (огурец/порциями/)	30	13-94	0,2	0	0,8	7,0	0,015	0,02	4,3	0	0	3,5	6,5	5,0	0,23	32,5
Борщ «Сибирский» со сметаной (рец. т/т/к)	250	15-58	4,3	4,1	15,24	164,0	0,35	0,18	0,77	0,02	0,45	68,4	41,32	12,6	0,26	88,4
Птица тушёная в кисло-сладком соусе (рец.т/т/к)	110	69-58	21,68	19,02	6,66	218,0	0,03	0,16	0,89	0,042	0,06	64,3	72,63	10,23	0,28	99,
Гороховое пюре (рец. т/т/к)	180	8-25	4,07	7,78	27,88	136,5	0,14	0,12	0,71	0	0,28	41,4	69,8	22,07	0,25	133,14
Сок	200	12-24	0,4	0	21,6	117,0	0	0	0,8	0,12	0	58,9	2,75	2,0	0,08	30,11
Хлеб пшеничный – йодированный	50	4-99	2,8	0,8	37,8	145,0	0,1	0,01	0	0,013	0,68	32,0	156,0	30,6	2,4	1,25
Хлеб ржано - пшеничный	72	7-19	2,6	0,5	7,32	104,0	0,1	0	13,53	0,05	2,03	116,5	36,0	5,0	0,7	0
Расчётная цена :		131-77	31,5	32,2	134,0	952,0	0,42	0,49	34,5	0,245	3,5	385,0	385,0	87,5	4,2	385,0
Итого:		120-00														
Полдник:																
Банан	150	25-88	0,8	0	5,0	52,0	0,03	0	4,6	0	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	0,04	87,94	98,0	5,83	0,22	41,0
Вафля	50	10-80	4,9	6,7	22,0	122,0	0,03	0,03	0,03	0,05	0,96	0	0	5,5	0,5	27,48
Итого :		60-68	9,0	9,2	38,3	272,0	0,12	0,14	6,0	0,07	1,0	110,0	110,0	25,0	1,2	110,0
Всего:			63,0	64,4	268,1	1904	0,84	0,98	45,5	0,49	7,11	840,0	840,0	210,0	12,3	840,0

Директор:
Зав. пр-вом:
Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 06 марта 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	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Вареники с карт. отв. с маслом (рец.т/т/к)	200	40-32	11,72	16,16	42,0	411,5	0,15	0,15	1,8	0,185	2,57	114,59	155,87	30,0	1,01	250,3
Сыр /порциями/	10	9-13	5,04	3,7	0	42,0	0,1	0,14	0,32	0,113	0	148,16	0	10,0	0,23	23,2
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)	200	10-85	3,5	2,5	21,0	90,0	0	0,1	0,1	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86	25,7
Хлеб пшеничный - йодированный	40	3-99	2,24	0,64	30,24	116,56	0,1	0,01	0,03	0	0,68	32,0	135,89	30,6	2,4	1,25
Расчётная цена:	64-29	22,5	23,0	93,24	660,06	0,35	0,4	2,25	0,225	3,25	300,0	300,0	75,0	4,5	300,0	
Итого:	63-00															

Обед:

Салат «Витаминный» (рец. т/т/к)	100	17-65	1,6	4,0	4,3	68,0	0,03	0,03	0,66	0	0,05	7,9	31,9	7,28	0,782	29,1
Суп картофельный рисовый (рец. т/т/к)	250	15-45	6,31	6,89	23,21	212,6	0,01	0,062	0,15	0,115	0	17,62	53,9	6,18	0,82	161,1
Птица отварная для 1 блюд (рец. т/т/к)	5	3-21	0,74	0,15	0	3,9	0,01	0,15	0,04	0	0	1,26	25,78	2,59	0,03	31,6
Поджарка из рыбы (рец. т/т/к)	110	56-00	9,41	9,29	7,2	120,0	0,03	0,2	3,22	0,07	0	107,32	16,2	21,15	0,61	196,9
Капуста тушёная (рец. т/т/к)	180	22-86	7,21	9,1	16,58	115,0	0,04	0,108	2,9	0	0,27	108,0	76,98	14,55	0,42	0
Кисель из конц. на плод. или ягодных экстр.	200	6-65	0,1	0	35,0	117,0	0	0,01	0,8	0	0,2	9,4	23,24	5,2	0,048	0
Хлеб пшеничный - йодированный	50	4-99	2,8	0,8	37,8	145,0	0,1	0,01	0,03	0,013	0,68	32,0	156,0	30,6	2,4	1,25
Хлеб ржано - пшеничный	90	8-98	3,58	0,8	12,93	152,0	0,18	0	20,3	0,07	2,71	116,5	36,0	5,0	0,93	0
Расчётная цена:	135-79	31,51	31,03	137,02	933,5	0,4	0,56	40,85	0,308	3,73	400,0	420,0	92,55	6,04	420	
Итого:	120-00															

Полдник:

Сок (2/200)	400	24-48	0,1	0	10,4	92,0	0,04	0,035	1,8	0,005	0,2	52,11	55,0	9,41	0,6	20,0
Крендель сахарный	75	16-33	8,5	9,2	20,9	128,0	0,06	0,085	0	0,075	0,9	44,99	63,0	8,59	1,0	48,4
Яблоко	150	33-75	0,4	0	7,0	52,0	0,04	0,04	5,2	0,01	0,2	22,9	22,0	12,0	0,2	61,0
Итого :	74-56	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	0,09	1,3	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0	
Всего:		63,01	63,2	268,6	1865,6	0,859	1,12	50,1	0,62	8,3	820,0	840,0	197,6	12,3	840,0	

Директор:
Зав. пр-вом :
Калькулятор:

