

Согласовано:
Директор школы



Меню-раскладка на 18 января 2021г.

По перспективному меню 7 день

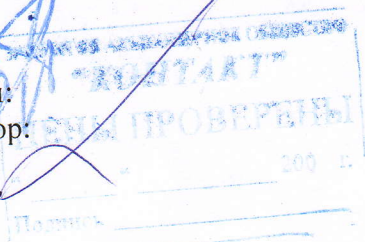
Для обучающихся детей с 7-11 лет Школа № 32

Завтрак:	Брутто	Нетто	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	54-86	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
Макарон.изд-я	31,7	31,7																
Масло слив.	2,3	2,3																
Яйцо	50,4	45,0																
Сыр	29,5	28,3																
Сосиски	29,5	28,3																
Масло растит.	3,4	3,4																
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
Чай-заварка	5,0	5,0																
Сахар	15,0	15,0																
Лимон	6,0	5,0																
Хлеб пшеничный – йодированный			50	4-71	2,24	0,647	30,24	116,56	0,1	0,01	0	0	0,68	25,6	135,89	24,5	1,17	1,25
Расчётная цена:				63-27	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:																		
Салат из солёных огурцов (рец. т/т/к)			70	26-79	0,6	3,5	4,7	66,9	0,01	0,02	2,26	0,1	0	18,89	23,35	7,85	0,15	34,0
Огурцы сол.	79,7	63,7																
Сахар	3,5	3,5																
Масло растит.	3,5	3,5																
Суп лапша домашняя с птицей (рец. т/т/к)			200/25	21-51	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
Лапша	16,0	16,0																
Лук репч.	9,6	8,0																
Масло сл.	6,0	6,0																
Цыплята п/ф		37,5																
Щи из говядины (рец. т/т/к)			170	57-14	14,12	15,35	20,58	261,0	0,26	0,3	3,262	0,055	0,45	87,23	175,75	16,39	1,2	34,76
Говядина п/ф		47,3	(30/140)															
Масло растит.	9,0	9,0																
Рис	45,0	45,0																
Лук репч.	8,9	7,5																
Морковь	16,0	12,0																
Томат	4,0	4,0																
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
Сухофрукты	20,0	20,0																
Сахар	20,0	20,0																
Лимон. к-та	0,2	0,2																
Аскорб. к-та	0,06	0,06																
(для витамин.)																		
Хлеб пшеничный – йодированный			50	4-71	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
Хлеб ржано-пшеничный			50	4-71	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:				120-98	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	12-60	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
Улет. с сыром			75	29-60	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:				42-20	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

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:



Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 18 января 2021г.

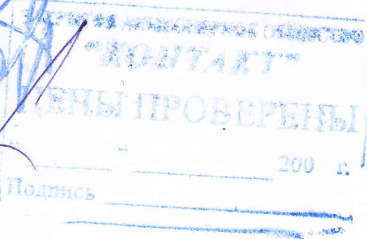
По перспективному меню 7 день

Для обучающихся детей с 12-18 лет

Школа № 32

Завтрак:	Брутто	Нетто	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Макаронны запечён с сыром (рец. т/т/к)			180	58-09	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
Макарон.изд-я	33,6	33,6																
Масло слив.	2,4	2,4																
Яйцо	53,8	48,0																
Сыр	31,2	30,0																
Сосиски	24,3	23,4																
Масло растит.	3,6	3,6																
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
Чай-заварка	5,0	5,0																
Сахар	15,0	15,0																
Лимон	6,0	5,0																
Хлеб пшеничный – йодированный			50	4-71	2,24	0,647	30,24	116,56	0,1	0,01	0	0	0,68	25,6	135,89	24,5	1,17	1,25
Расчётная цена:				66-50	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:																		
Салат из солёных огурцов (рец. т/т/к)			70	26-79	0,6	3,5	4,7	66,9	0,01	0,02	2,26	0,1	0	18,89	23,35	7,85	0,15	34,0
Огурцы сол.	68,3	54,6																
Сахар	3,0	3,0																
Масло растит.	3,0	3,0																
Суп лапша домашняя с птицей (рец. т/т/к)			250/25	22-15	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	142,4
Лапша	20,0	20,0																
Лук репч.	11,9	10,0																
Масло сл.	6,0	6,0																
Цыплята п/ф		37,5																
Плов из говядины (рец. т/т/к)			170	57-14	14,12	15,35	20,58	261,0	0,26	0,3	3,262	0,055	0,45	87,23	175,75	16,39	1,2	34,76
Говядина п/ф		47,3	(30/140)															
Масло растит.	9,0	9,0																
Рис	45,0	45,0																
Лук репч.	8,9	7,5																
Морковь	16,0	12,0																
Томат	4,0	4,0																
Компот из смеси сухофруктов (рец. т/т/к)			200	6-25	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	0,8	0	0	105,0	0	18,21	0,5	201,0
Сухофрукты	20,0	20,0																
Сахар	20,0	20,0																
Лимон. к-та	0,2	0,2																
Аскорб. к-та	0,07	0,07																
(для витамин.)																		
Хлеб пшеничный – йодированный			60	5-65	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	6-78	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:				124-76	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	12-60	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
Пудинг с сыром			100	39-47	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:				52-07	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:





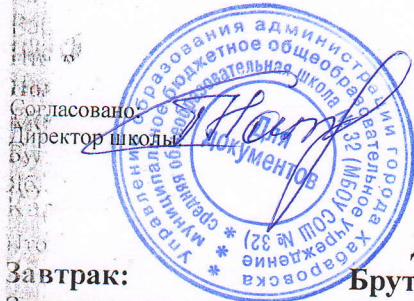
Меню-раскладка на 19 января 2021г.

По перспективному меню 8 день

Для обучающихся детей с 12-18 лет.

Школа № 32

Завтрак:	Брутто	Нетто	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Запеканка из творога с морковью			110	46-50	14,62	19,46	26,53	418,34	0,23	0,31	16,75	0,205	2,54	204,73	111,46	42,15	3,22	212,87
Творог	73	72																
Манная кр.	6,3	6,3																
Сахар	12,4	12,4																
Морковь св.	21,9	16,5																
Яйцо	6,9	6,2																
Молоко	18,7	18,7																
Сметана	4,2	4,2																
Сухарь панир.	4,2	4,2																
Масло растительное	4,2	4,2																
Соус «Шоколадный» (рец. т/т/к)			25	8-71	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	12,28
Какао-порошок	5,0	5,0																
Молоко	10,0	10,0																
Сахар	6,3	6,3																
Масло сл.	2,5	2,5																
Мука	2,5	2,5																
Кофейный напиток с молоком			200	10-00	3,5	2,5	21	90	0,02	0,07	0,65	0,01	0	60,4	45	7	0,09	73,6
Коф. напиток	2,0	2,0																
Сахар	20,0	20,0																
Молоко	62,5	62,5																
Хлеб пшеничный йодированный			40	3-77	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:				68-98	22,5	23,94	99,74	680,0	0,35	0,4	17,5	0,225	3,25	300,0	300,0	75	4,5	300,0
Итого:				63-00														
Обед:																		
Кукуруза в зёрнах консервированная (рец. т/т/к)20				8-07	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) 250/5			13-26	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	194,67	
Свекла св.	53,2	40,0																
Капуста св.	25,0	20,0																
Картофель	30,8	20,0																
Морковь св.	16,6	12,5																
Лук репч.	11,9	10,0																
Томат	3,8	3,8																
Масло растит.	5,0	5,0																
Сахар	3,8	3,8																
Сметана	5,0	5,0																
Рыба, запечённая по-гречески (рец. т/т/к)			100	58-14	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
Филе минтая п/ф	93,0	93,0																
Масло растит.	4,0	4,0																
Сыр	5,5	5,0																
Помидор св.	6,1	6,0																
Сметана	5,0	5,0																
Картофельное пюре с маслом (рец. т/т/к)			160	22-10	5,34	10,38	37,34	180	0,16	0,193	0,99	0,05	0	49,47	0	0	0,13	0
Картофель св.	226,4	147,0																
Молоко	24,5	24,5																
Масло сливочное	5,0	5,0																
Сок			200	12-60	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	5-65	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	6-78	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:				126-60	31,5	33,1	134,05	952,0	0,49	0,56	24,5	0,332	4,55	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0
Итого:				120-00														
Молочник:																		
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
Вулочка летняя			75	16-34	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:				71-74	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



Меню-раскладка на 19 января 2021г.

По перспективному меню 8 день

Для обучающихся детей с 7-11 лет

Школа № 32

Завтрак:

Запеканка из творога с морковью (рец. т/т/к) 100 42-27 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

	Брутто	Нетто
Творог	66,0	65,0
Манная кр.	5,7	5,7
Сахар	11,3	11,3
Морковь св.	20,0	15,0
Яйцо	6,3	5,6
Молоко	17,0	17,0
Сметана 3,8	3,8	
Сухарь панир.	3,8	3,8
Масло растит.	3,8	3,8

Соус «Шоколадный» (рец. т/т/к)

	Брутто	Нетто
Какао-порошок	5,0	5,0
Молоко	10,0	10,0
Сахар	6,3	6,3
Масло сл.	2,5	2,5
Мука	2,5	2,5

Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)

	Брутто	Нетто
Кофейн.напит.	2,0	2,0
Сахар	20,0	20,0
Молоко	62,5	62,5

Хлеб пшеничный – йодированный

30 2-71 1,68 0,48 22,68 87,42 0,01 0,01 0 0 0,68 25,6 0 18,38 0,88 0,94

Расчётная цена:

Итого:

63-69 19,8 19,59 87,75 587,5 0,3 0,35 15,0 0,175 2,5 275,0 275,0 62,5 3,0 275,0
63-00

Обед:

Кукуруза в зёрнах консервированная (рец. т/т/к) 20

8-07 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) 200/5

10-94 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

	Брутто	Нетто
Свекла св.	42,6	32,0
Капуста св.	20,0	16,0
Картофель	24,6	16,0
Морковь св.	13,3	10,0
Лук репч.	9,5	8,0
Томат	3,0	3,0
Масло растит.	4,0	4,0
Сахар	3,0	3,0
Сметана	5,0	5,0

Выба, запечённая по-гречески (рец. т/т/к)

100 58-14 10,77 9,24 7,78 149,5 0,01 0,174 1,08 0,03 0,3 110,2 122,55 18,15 0,05 116,8

	Брутто	Нетто
Филе минтая п/ф	93,0	
Масло растит.	4,0	4,0
Сыр	5,5	5,0
Помидор св.	6,1	6,0
Сметана	5,0	5,0

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

160 22-40 4,07 7,78 27,88 136,5 0,14 0,162 0,83 0,04 0 41,6 0 0 0,11 0

	Брутто	Нетто
Картофель св.	226,4	147,0
Молоко	24,5	24,5
Масло сливочное	5,0	5,0

Сок 200 12-60 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 5-65 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 4-71 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:

Итого:

122-51 26,95 27,55 117,39 822,5 0,42 0,49 21,0 0,274 3,5 385,0 385,0 87,5 4,2 385,0
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

Молочка летняя

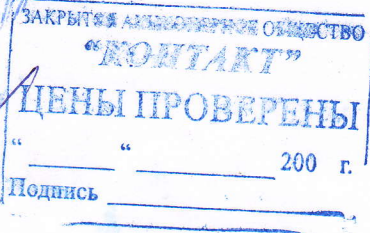
50 10-89 3,8 5,4 19,0 85,0 0,03 0,02 0,12 0,03 0,6 12,43 19,9 7,02 0,2 25,5

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:

66-29 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



Согласовано:
Директор школы:



Меню-раскладка на 20 января 2021г.

По перспективному меню 9 день
Для обучающихся детей с 7 -11 лет.

Школа № 32

Завтрак: Брутто Нетто

Поджарка из куриных грудок (рец. т/т/к)

Филе грудок п/ф	81,0
Мука	3,3
Лук репчатый	15,8
Масло растит.	3,3

Рис отварной с овощами (рец. т/т/к)

Рис	34,5
Морковь св.	7,8
Зелёный гор.	9,1
Масло слив.	2,6

Чай с сахаром и лимоном (рец. т/т/к)

Чай – заварка	5,0
Сахар	15,0
Лимон	6,0

Хлеб пшеничный – йодированный

Расчётная цена:

Итого:

Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
60	48-56	13,24	11,33	9,63	266,44	0,055	0,235	11,03	0,07	1,8	94,66	44,89	31,2	0,68	123,36
110	9-73	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	113,73
200/5	3-70	0,2	0	16,0	68,0	0,1	0,075	2,9	0	0	8,05	9,78	0	0,9	36,66
40	3-77	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
	65-76	19,75	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15,0	0,175	2,5	275,0	275,0	62,5	3,0	275,0
	63-00														

Обед:

Винегрет овощной (рец. т/т/к)

Картофель св.	14,3
Свекла св.	12,6
Морковь св.	8,1
Лук репчатый	10,7
Капуста кв.	36,0
Масло растит.	6,0

Суп картоф. с рыбными консер. (рец. т/т/к)

Картофель св.	138,6
Морковь св.	10,6
Лук репчатый	11,9
Масло сливочное	5,0
Сардина иваси	15,8

Жаркое по-домашнему (рец. т/т/к)

Говядина п/ф	47,4
Картофель св.	172,5
Лук репчатый	8,3
Морковь св.	9,3
Томат	4,2
Мука	2,8
Сахар	2,8
Масло растит.	7,0

Сок

Хлеб пшеничный – йодированный

Хлеб ржано-пшеничный

Расчётная цена:

Итого:

Полдник:

Молоко

Печенье

Киви

Итого:

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:

170
(30/140)

200	12-60	0,68	0	30,22	116,5	0	0,11	0,8	0	0	105,0	0	18,21	0,5	201,0
50	4-71	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
50	4-71	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
	122-38	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
	120-00														
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
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
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
	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

ЗАКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО

"КОНТАКТ"

ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ

Подпись _____ 200 г.



Меню-раскладка на 20 января 2021г.

По перспективному меню 9 день

Для обучающихся детей с 12-18- лет.

Школа № 32

Завтрак:	Брутто	Нетто	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э/ц	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	K
Поджарка из куриных грудок (рец. т/т/к)			60	48-56	13,24	11,33	9,63	266,44	0,055	0,235	11,03	0,07	1,8	94,66	44,89	31,2	0,68	123
Филе грудок п/ф		81,0																
Мука	3,3	3,3																
Лук репчатый	15,8	13,3																
Масло растит.	3,3	3,3																
Рис отварной с овощами (рец. т/т/к)			120	10-62	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	130,7
Рис	37,6	37,6																
Морковь св.	8,5	6,4																
Зелёный гор.	9,9	6,4																
Масло слив.	2,8	2,8																
Чай с сахаром и лимоном (рец. т/т/к)			200/5	3-70	0,2	0	16,0	68,0	0,1	0,075	2,9	0	0	8,05	9,78	0	0,9	36,6
Чай – заварка	5,0	5,0																
Сахар	15,0	15,0																
Лимон	6,0	5,0																
Хлеб пшеничный – йодированный			40	3-77	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:				66-65	22,5	23,75	95,8	680,0	0,35	0,4	17,5	0,225	3,25	300,0	300,0	75,04,5	300,	
Итого:				63-00														

Обед:

Винегрет овощной (рец. т/т/к)			60	12-47	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
Картофель св.	14,3	9,3																
Свекла св.	12,6	9,5																
Морковь св.	8,1	6,1																
Лук репчатый	10,7	9,0																
Капуста кв.	36,0	25,2																
Масло растит.	6,0	6,0																
Суп картоф. с рыбными консер. (рец. т/т/к)			250/15	28-72	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
Картофель св.	173,3	112,5																
Морковь св.	11,3	10,0																
Лук репчатый	14,9	12,5																
Масло сливочное	6,3	6,3																
Сардина иваси	15,8	15,0																
Жаркое по-домашнему (рец. т/т/к)			170 (30/140)	63-19	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
Говядина п/ф		47,4																
Картофель св.	172,5	112,0																
Лук репчатый	8,3	7,0																
Морковь св.	9,3	7,0																
Томат	4,2	4,2																
Мука	2,8	2,8																
Сахар	2,8	2,8																
Масло растит.	7,0	7,0																
Сок			200	12-60	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	5-65	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	6-78	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:

Итого:

Полдник:

Молоко

Печенье

Киви

Итого:

Директор:

Зав. пр-вом:

Калькулятор:

