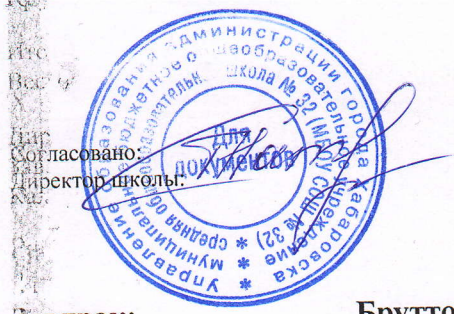




Меню-раскладка на 21 января 2021г.
По перспективному меню 10 день
Для обучающихся детей с 7 -11 лет.

Школа № 32

				Для обучающихся детей с 7-11 лет.																
Завтрак:	Брутто	Нетто	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				18-98	7,37	10,65	24,81	230,94	0,16	0,13	14,46	0,115	1,65	42,3	31,5	18,41	1,34	158,54		
Пшено	50,0	50,0																		
Молоко	100,0	100,0																		
Сахар	6,0	6,0																		
Масло сливочное	5,0	5,0																		
Йогурт варёный			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		
Какао с молоком (рец. т/т/к) 200				25-70	4,0	2,7	28,3	152,0	0,02	0,13	0,54	0,02	0,101	114,5	108,14	12,6	0,49	36,54		
Какао-порошок	6,0	6,0																		
Молоко	176,0	176,0																		
Сахар	20,0	20,0																		
Хлеб пшеничный -йодированный			55	5-18	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:				63-36	20,75	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		
Итого:				63-00																
Обед:																				
Овощи натур. свежие /помидоры порц./			25	9-50	0,6	0	3,0	7,0	0,034	0,008	3,67	0,018	02	3,0	5,5	4,25	0,2	27,25		
Салатик со сметаной (рец. т/т/к) 200				14-87	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		
Картофель	92,4	60,0																		
Морковь св.	10,6	8,0																		
Лук репчатый	4,8	4,0																		
Кр. перловая	4,0	4,0																		
Огурцы солён.	13,0	10,0																		
Масло растит.	4,0	4,0																		
Сметана	5,0	5,0																		
Печень тушёная в сметан. соусе (рец. т/т/к) 120				67-52	13,95	18,13	8,54	146,63	0,138	0	0,98	0,004	0	31,12	38,2	15,08	1,46	27,25		
Печень гов.п/ф	127,8		(90/30)																	
Мука	5,4	5,4																		
Масло растит.	8,0	8,0																		
Сметана	7,5	7,5																		
Мука	2,3	2,3																		
Гречка отварная (рец. т/т/к) 160				10-92	2,7	4,112	26,0	139,2	0,111	0,092	0	0,113	0,45	14,98	76,41	25,34	0,22	19,96		
Гречка	81,8	81,8																		
Компот из кураги (рец. т/т/к) 200				7-78	0,16	0	21,6	87,0	0,02	0,18	0,8	0	0	133,6	24,9	21,0	0,7	200,12		
Курага	20,0	20,0																		
Сахар	20,0	20,0																		
Аскорб. к-та	0,06	0,06																		
(для витамин.)																				
Хлеб пшеничный -йодированный			50	4-71	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			50	4-71	2,6	0,5	7,32	104,0	0,1	0	13,53	0,05	2,03	116,5	36	5	0,7	0		
Расчётная цена:				120-01	26,95	27,65	117,3	822,5	0,42	0,49	21,0	0,245	4,09	385,0	385,0	101,87	5,68	385,0		
Итого:				120-00																
Салатик:			200	12-60	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		
Сок			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		
Пряник			220	59-40	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		
Круша																				
Итого:				80-10	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:					55,4	55,3	234,5	1645	0,84	1,02	42,0	0,49	7,0	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0		

Директор:
Зав. пр-вом
Кулинар:

Подпись

Согласовано
Директор школы:



Меню-раскладка на 21 января 2021г.

По перспективному меню 10 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

Каша жид. на мол. из пшена с маслом (рец.т/т/к) 200

18-98 10,36 13,2 29,25 294,3 0,21 0,18 3,0 0,165 2,47 134,8 56,01 30,96 2,31 146,08

Пшено 50,0 50,0

Молоко 100,0 100,0

Сахар 6,0 6,0

Масло сливочное 5,0 5,0

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

Какао с молоком (рец. т/т/к)

200 25-70 4,0 2,7 28,3 152,0 0,02 0,13 0,54 0,02 0,101 114,5 108,14 12,6 0,49 36,54

Какао-порошок 6,0 6,0

Молоко 176,0 176,0

Сахар 20,0 20,0

Хлеб пшеничный -йодированный

55 5-18 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:

63-36 24,5 23,1 95,75 680,0 0,35 0,41 3,57 0,225 3,25 300,0 300,0 75,0 4,5 300,0
63-00

Итого:

Обед:

Овощи натур. свежие /помидоры порц./

25 9-50 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 18-17 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

Картофель 115,5 75,0

Морковь св. 13,3 10,0

Лук репчатый 6,0 5,0

Кр. перловая 5,0 5,0

Огурцы солён. 16,3 12,5

Масло растит. 5,0 5,0

Сметана 5,0 5,0

Печень тушёная в сметан. соусе (рец. т/т/к)

120 67-52 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
(90/30)

Печень гов.п/ф 127,8

Мука 5,4 5,4

Масло растит. 8,0 8,0

Сметана 7,5 7,5

Мука 2,3 2,3

Гречка отварная (рец. т/т/к)

170 11--63 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

Гречка 86,9 86,9

Компот из кураги (рец. т/т/к)

200 7-91 0,16 0 21,6 87,0 0,02 0,18 0,8 0 0 133,6 24,9 21,0 0,7 200,12

Курага 20,0 20,0

Сахар 20,0 20,0

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 0,03 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 2,03 116,5 36,0 5,0 0,7 0

Расчётная цена:

127-16 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
120-00

Итого:

Полдник:

Чай

200 12-60 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

Пирожник

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

220 59-40 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:

84-15 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
65,0 64,5 268,314 1904 0,98 1,12 49,0 0,63 9,1 840,0 840,0 210,0 12,63 840,0

Всего:

Директор:

Зав. гр-вом

Кульпатор:

Расс

Итого

Итого

Итого

Итого



Меню-раскладка на 22 января 2021г.
По перспективному меню 11 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

Фарш из говядины	14,5
Фарш из груд. филе	28,0
Батон	21,9
Мука на подпыл	7,0
Масло растит.	4,7

Панибель мясной (рец.т/т/к)

70

35-11 6,11 9,51 10,06 185,341 0 0,13 14,11 0,045 0 94,77 0 0,83 0,94 118,65

Макаронные изделия отв. с маслом (рец. т/т/к)

150

8-19 6,3 4,8 36,5 163,6 0,2 0,09 0 0,08 1,85 12,4 78,2 24,9 0,63 67,1

Рожки	52,5
Масло сливочное	5,0

Сыр/порциями/

10

9-13 2,2 2,3 0 32,0 0 0,05 0,24 0,04 0,08 81,83 21,1 7,5 0,17 17,4

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

200

10-00 3,5 2,5 21,0 90,0 0 0,07 0,65 0,01 0 60,4 45,0 7,0 0,09 73,6

Кофейный нап.	2,0
Сахар	20,0
Молоко	62,5

Хлеб пшеничный – йодированный

30

2-83 2,24 0,64 30,24 116,56 0,1 0,01 0 0 0,68 25,6 130,7 24,5 1,17 1,25

Расчётная цена :

65-26 20,35 19,85 87,8 587,5 0,3 0,35 15,0 0,175 2,61 275,0 275,0 64,2 3,0 275,0
63-00

Итого:

Обед:

Овощи натур. свежие (огурец/порциями/)

25

10-56 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

Сорщ «Сибирский» со сметаной (рец. т/т/к)

200

12-04 4,3 4,1 15,24 164,0 0,35 0,18/ 0,77 0,02 0,45 68,4 41,32 12,6 0,22 88,4

Свекла св.	21,3
Капуста св.	27,5
Картофель св.	37,0
Морковь св.	10,6
Лук репчатый	9,5
Фасоль	6,0
Томат	5,0
Масло растит.	5,0
Сахар	2,0
Сметана	5,0

Птица тушёная в кисло-сладком соусе (рец.т/т/к)

90

74-35 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

Филе груд.	122,0
Масло растит.	5,0
Лук репчатый	11,9
Томат	8,0
Сахар	4,0
Лимон.к-та	0,06
Сухарь панир.	5,0

Сорховое пюре (рец. т/т/к)

150

7-17 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

Горох	7,5
Масло сл.	3,0

Напиток из шиповника (рец. т/т/к)

200

8-80 0,4 0 21,6 117,0 0 0 0,8 0,12 0 58,9 2,75 2,0 0,08 30,11

Шиповник	20,0
Сахар	20,0

Хлеб пшеничный – йодированный

50

4-71 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

4-71 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 :

122-34 26,95 27,65 117,3 822,5 0,42 0,49 21,0 0,245 3,5 385,0 385,0 87,5 4,2 385,0
120-00

Итого:

Сладкий:

Банан

Биолайф

Вафля

150

22-95 0,8 0 5,0 52,0 0,03 0 4,6 0 0 22,06 12,0 13,67 0,48 41,52

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

50

17-50 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 :

64-45 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
55,0 55,4 238,6 1645,0 0,84 0,98 42,0 0,49 7,11 770,0 770,0 176,7 8,4 170

Всего:

Итого:

Директор:

Зав. пр-вом:



Меню-раскладка на 22 января 2021г.
По перспективному меню 11 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
Панибель мясной (рец.т/т/к)			70	35-11	6,11	9,51	10,06	185,341	0	0,13	14,11	0,045	0	94,77	0	0,83	0,94	118,65
Фарш из говядины		14,5																
Фарш из груд. филе		28,0																
Батон	21,9	21,9																
Мука на подпыл	7,0	7,0																
Масло растит.	4,7	4,7																
Макаронные изделия отв. с маслом (рец. т/т/к)			170	9-28	6,3	4,8	36,5	163,6	0,2	0,09	0	0,08	1,85	12,4	78,2	24,9	0,63	67,1
Рожки	59,5	59,5																
Масло сливочное	5,0	5,0																
Сыр/порциями/			10	9-13	2,2	2,3	0	32,0	0	0,05	0,24	0,04	0,08	81,83	21,1	7,5	0,17	17,4
Кофейный напиток с молоком (рец. т/т/к)			200	10-00	3,5	2,5	21,0	90,0	0	0,07	0,65	0,01	0	60,4	45,0	7,0	0,09	73,6
Кофейный нап.	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	0	0,68	25,6	130,7	24,5	1,17	1,25
Расчётная цена :				67-29	20,35	19,85	87,8	587,5	0,3	0,35	15,0	0,175	2,61	275,0	275,0	64,2	3,0	275,0
Итого:				63-00														
Обед:																		
Овощи натур. свежие (огурец/порциями/)			25	10-56	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
Ворщ «Сибирский» со сметаной (рец. т/т/к)			250	14-10	4,3	4,1	15,24	164,0	0,35	0,18/	0,77	0,02	0,45	68,4	41,32	12,6	0,226	88,4
Свекла св.	26,6	20,0																
Капуста св.	34,4	27,5																
Картофель св.	46,2	30																
Морковь св.	13,3	10,0																
Лук репчатый	11,9	10,0																
Фасоль	7,5	5,0																
Томат	6,3	6,3																
Масло растит.	6,3	6,3																
Сахар	2,5	2,5																
Сметана	5,0	5,0																
Птица тушёная в кисло-сладком соусе (рец.т/т/к)			90	74-35	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
Филе груд.		122,0																
Масло растит.	5,0	5,0																
Лук репчатый	11,9	10,0																
Томат	8,0	8,0																
Сахар	4,0	4,0																
Лимон.к-та	0,06	0,06																
Сушарь панир.	5,0	5,0																
Ореховое пюре (рец. т/т/к)			180	8-07	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
Горох	90,0	90,0																
Масло сл.	3,0	3,0																
Напиток из шиповника (рец. т/т/к)			200	8-80	0,4	0	21,6	117,0	0	0	0,8	0,12	0	58,9	2,75	2,0	0,08	30,11
Шиповник	20,0	20,0																
Сахар	20,0	20,0																
Хлеб пшеничный – йодированный			50	4-71	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	6-78	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 :				127-37	26,95	27,65	117,3	822,5	0,42	0,49	21,0	0,245	3,5	385,0	385,0	87,5	4,2	385,0
Итого:				120-00														
Пудинг:																		
Пудинг			150	22-95	0,8	0	5,0	52,0	0,03	0	4,6	0	0	22,06	12,0	13,67	0,48	41,52
Пудинг			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
Пудинг			50	17-50	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
Расчётная цена :				64-45	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
Итого:					55,0	55,4	238,6	1645,0	0,84	0,98	42,0	0,49	7,11	770,0	770,0	176,7	8,4	170

Директор: _____
Зав.пр-вом: _____



Меню-раскладка на 23 января 2021г.

По перспективному меню 12 день

Для обучающихся детей с 12-18 лет

Школа № 32

Завтрак:

Брутто Нетто

Вареники с карт. отв. с маслом (рец.т/т/к)

Выход

Цена

Б Ж У Э/ц B1 B2 C A E Ca P Mg Fe K

Вареники п/ф 216,5 216,5

(234/16)

Масло слив. 16,0 16,0

Сыр /порциями/

20

18-26 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

Чай с сахаром (рец. т/т/к)

200

1-81 0,2 0 16,0 65,0 0 0 0,1 0 0 5,25 8,24 44,0 0,86 25,75

Чай - заварка 50,0 50,0

Сахар 15,0 15,0

Хлеб пшеничный - йодированный

60

5-65 3,36 1,0 38,0 161,5 0,1 0,01 0,03 0 0,68 32,0 135,89 30,6 2,4 1,25

Расчётная цена:

63-58 22,5 23,0 96,0 680,0 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 из кв. капусты с масл. раст. (рец. т/т/к)

60

17-67 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 29,15

Капуста квашеная 78,0 54,6

Сахар 3,0 3,0

Масло растит. 3,0 3,0

Суп картофельный рисовый (рец. т/т/к)

250

12-45 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

Картофель св. 115,5 75,0

Рис 5,4 5,0

Морковь св. 13,3 10,0

Лук репчатый 11,9 10,0

Масло растит. 6,3 6,3

Сахар 2,5 2,5

Мясо отварное для 1 блюд (рец. т/т/к)

6

8-69 0,72 0,12 0 3,9 0,01 0,15 0,04 0 0 1,26 25,78 2,59 0,03 31,6

Говядина п/ф 9,7

Поджарка из рыбы (рец. т/т/к)

110

53-58 9,47 9,79 7,2 122,0 0,03 0,2 3,22 0,07 0 107,32 16,2 21,15 0,61 196,9

Филе минтая п/ф 77,5

Мука 5,6 5,6

Масло растит. 1,4 1,4

Лук репчатый 95,2 80,0

Масло растит. 9,6 9,6

Капуста тушёная (рец. т/т/к)

170

19-47 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

Капуста св. 300,6 240,5

Масло растит. 11,3 11,3

Морковь св. 8,8 6,6

Лук репчатый 9,5 8,0

Томат 1,9 1,9

Сахар 6,3 6,3

Кисель из конц. на плод. или ягодных экстр.

200

5-50 0,1 0 35,0 117,0 0 0,01 0,8 0 0,2 9,4 23,24 5,2 0,048 0

Кисель из конц. 24,0 24,0

Сахар 15,0 15,0

Лимон. кисл. 0,2 0,2

Хлеб пшеничный - йодированный

60

5-65 3,36 1,0 38,0 161,5 0,1 0,01 0,03 0 0,68 32,0 135,89 30,6 2,4 1,25

Хлеб ржано - пшеничный

90

8-48 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:

131-49 32,35 31,7 137,22 952,0 0,4 0,56 40,85 0,308 3,73 400,0 420,0 92,55 6,04 420,0

Итого:

120-00

Полдник:

Сок (2/200)

400

25-20 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 20,6

Крендель сахарный

75

16-28 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

Блоки

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:

75-23 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:

64,0 63,9 271,5 1904,0 0,89 1,12 50,1 0,62 8,3 820,0 840,0 197,6 12,3 840,0

Директор:

Зав. пр-вом:

Хл.

Ба

Подпись