

Меню на "11" марта 2024 год

ИП Шептунова О.Б. столовая при МБОУ СОШ № 68/1

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углев оды	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша "Дружба"	17,34	200\5	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Салат "Изюминка"	13,23	1\100	22\2003	1,12	0,17	15,05	65,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,32	1\17	6.3.5.3/2008	1,12	0,20	5,68	29,58
Бутерброд с сыром	25,89	30\30	90\2003	3,19	1,20	37,33	172,00
Итого:	60,00						
Обед							
Салат из квашеной капусты с луком	8,73	1\50	7\2009	0,80	5,00	1,79	55,30
Суп картофельный с горохом	10,83	1\250	118/2003	5,48	4,74	19,74	146,00
Плов	56,48	1\200	184\2/2003	25,95	9,81	42,09	364,90
Компот из смеси сухофруктов	6,46	1\180	283/2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	0,00	1\45	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	2,50	1\25	6.1.3.2.2./2008	1,90	0,70	12,85	65,50
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выбор							
Салат "Мазайка"	18,58	1\100	24\2003	1,50	8,55	9,07	121,67
Икра морковная	8,84	1\60	78/2004	1,32	4,56	6,84	76,80
Салат из квашеной капусты с луком	10,47	1\60	7\2009	0,96	6,00	2,15	66,36
Суп картофельный с горохом	10,83	1\250	118/2003	5,48	4,74	19,74	146,00
Плов	65,10	1\160	184\2/2003	20,26	7,66	32,85	284,80
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	70,51	1\60	495\2004	35,04	8,16	0,60	223,20
Котлеты рубленые из птицы	64,84	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Картофельное пюре	16,27	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Макаронные изделия отварные	9,53	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Круассан	30,60	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	27,99	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Вафля "Обожайка"	26,10	1 шт	табл	1,88	15,25	31,25	271,3
Сок фруктовый 0,2 л	26,10	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Каша "Дружба"	27,06	1\215	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Куры отварные (филе)	51,55	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	12,00	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Меню на "11" марта 2024 год

ИП Шептунова О.Б. столовая при МБОУ СОШ № 68/2

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. Ценность
Завтрак							
Каша "Дружба"	27,06	1\215	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Кофейный напиток с молоком	11,08	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Хлеб ржаной	2,32	1\30	6.3.5.3/2008	1,98	0,36	10,02	52,20
Бутерброд с сыром	27,98	32\35	6.1.3.2.2./2008	3,56	1,34	41,69	192,07
Сок фруктовый 0,2	29,00	1 шт	11.1.1.16/2008	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого:	97,44						
Обед							
Салат из квашеной капусты с луком	10,47	1\60	7\2009	0,96	6,00	2,15	66,36
Суп картофельный с горохом	10,83	1\250	118/2003	5,48	4,74	19,74	146,00
Плов	65,10	1\160	184\2/2003	20,26	7,66	32,85	284,80
Компот из смеси сухофруктов	6,46	1\180	283/2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	1,99	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	2,59	1\22	6.1.3.2.2./2008	1,67	0,62	11,31	57,64
Итого:	97,44						
Всего:	194,88						
Свободный выбор							
Салат из квашеной капусты с луком	10,47	1\60	7\2009	0,96	6,00	2,15	66,36
Суп картофельный с горохом	10,83	1\250	118/2003	5,48	4,74	19,74	146,00
Плов	65,10	1\160	184\2/2003	20,26	7,66	32,85	284,80
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Круассан	30,60	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	27,99	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Вафля "Обожайка"	26,10	1 шт	табл	1,88	15,25	31,25	271,3
Сок фруктовый 0,2 л	26,10	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Каша "Дружба"	27,06	1\215	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Куры отварные (филе)	51,55	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	12,00	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Меню на "11" марта 2024 год

ИП Шептунова О.Б. столовая при МБОУ СОШ № 68/2

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углев оды	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша "Дружба"	17,34	200\5	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Салат "Изюминка"	13,23	1\100	22\2003	1,12	0,17	15,05	65,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,32	1\17	6.3.5.3/2008	1,12	0,20	5,68	29,58
Бутерброд с сыром	25,89	30\30	90\2003	3,19	1,20	37,33	172,00
Итого:	60,00						

Обед							
Салат из квашеной капусты с луком	8,73	1\50	7\2009	0,80	5,00	1,79	55,30
Суп картофельный с горохом	10,83	1\250	118/2003	5,48	4,74	19,74	146,00
Плов	56,48	1\200	184\2/2003	25,95	9,81	42,09	364,90
Компот из смеси сухофруктов	6,46	1\180	283/2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	0,00	1\45	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	2,50	1\25	6.1.3.2.2./2008	1,90	0,70	12,85	65,50
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						

Свободный выбор							
Салат из квашеной капусты с луком	10,47	1\60	7\2009	0,96	6,00	2,15	66,36
Суп картофельный с горохом	10,83	1\250	118/2003	5,48	4,74	19,74	146,00
Плов	65,10	1\160	184\2/2003	20,26	7,66	32,85	284,80
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Круассан	30,60	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	27,99	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Вафля "Обожайка"	26,10	1 шт	табл	1,88	15,25	31,25	271,3
Сок фруктовый 0,2 л	26,10	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00

В том числе диетические блюда							
Каша "Дружба"	27,06	1\215	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Куры отварные (филе)	51,55	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	12,00	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева