

## Меню на "22" марта 2024года

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

| Наименование                                 | Цена, руб     | Выход, гр | № в сборнике рецептур | Белки | Жиры  | Углевод ы | Эн. Ценно сть |
|--|---------------|-----------|-----------------------|-------|-------|-----------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                               |               |           |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая жидкая                 | 24,98         | 210\10,5  | 330\2003              | 5,23  | 12,39 | 33,75     | 268,80        |
| Какао с молоком                              | 15,44         | 1\180     | 270\2009              | 4,37  | 4,54  | 29,46     | 176,14        |
| Салат "Изюминка"                             | 13,23         | 1\100     | 22\2003               | 1,12  | 0,17  | 15,05     | 65,00         |
| Батон нарезной                               | 4,22          | 1\35      | 6.1.3.2.2\2008        | 2,66  | 0,98  | 17,99     | 91,70         |
| Хлеб ржаной                                  | 2,13          | 1\27      | 6.3.5.3\2008          | 1,78  | 0,32  | 9,02      | 46,98         |
| <b>Итого:</b>                                | <b>60,00</b>  |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Обед</b>                                  |               |           |                       |       |       |           |               |
| Салат картофельный с растительным маслом     | 8,57          | 1\60      | 72\2003               | 1,02  | 5,13  | 5,57      | 74,00         |
| Бульон из кур прозрачный с гренками          | 5,00          | 250\20    | 122,551\2003          | 3,83  | 0,88  | 15,40     | 90,00         |
| Пельмени отварные с маслом сливочным         | 65,40         | 150\5     | 719\2004              | 15,30 | 12,75 | 29,40     | 300,00        |
| Чай с сахаром                                | 2,47          | 1\200     | 433\2003              | 0,20  | 0,05  | 15,01     | 57,00         |
| Хлеб ржаной                                  | 1,75          | 1\25      | 6.3.5.3\2008          | 1,65  | 0,30  | 8,35      | 43,50         |
| Батон нарезной                               | 1,81          | 1\15      | 6.1.3.2.2\2008        | 1,14  | 0,42  | 7,71      | 39,30         |
| <b>Итого:</b>                                | <b>85,00</b>  |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Всего:</b>                                | <b>145,00</b> |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Свободный выбор</b>                       |               |           |                       |       |       |           |               |
| Салат из свежих помидоров                    | 23,69         | 1\100     | 61\2003               | 1,08  | 8,47  | 4,60      | 100,00        |
| Салат картофельный с растительным маслом     | 14,28         | 1\100     | 72\2003               | 1,70  | 8,55  | 9,28      | 123,33        |
| Салат из квашеной капусты с луком            | 17,46         | 1\100     | 7\2009                | 1,6   | 10    | 3,58      | 110,6         |
| Бульон из кур прозрачный с гренками          | 5,00          | 250\20    | 122,551\2003          | 3,83  | 0,88  | 15,40     | 90,00         |
| Пельмени отварные                            | 68,22         | 150\8     | 719\2004              | 15,30 | 12,75 | 29,40     | 300,00        |
| Котлета натуральная из филе птицы (отбивная) | 70,51         | 1\60      | 495\2004              | 35,04 | 8,16  | 0,60      | 223,20        |
| Биточки 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        |
| Сок фруктовый 0,2л                           | 29,00         | 1 шт      | 11.1.1.15\2008        | 0,6   | 0,4   | 32,6      | 140           |
| <b>В том числе диетические блюда</b>         |               |           |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая жидкая                 | 20,92         | 1\170     | 330\2003              | 3,98  | 9,44  | 25,71     | 204,80        |
| Куры отварные (филе)                         | 51,55         | 1\50      | 207\2003              | 15,28 | 5,90  | 0,56      | 117,00        |
| Рис припущенный                              | 11,86         | 1\150     | 449\2003              | 3,69  | 4,85  | 37,52     | 213,00        |

Зав. Производством

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер

*Шептунова*  
*Андреева*

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева

Утверждаю \_\_\_\_\_ Директор школы

## Меню на "22" марта 2024 года

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

| Наименование                             | Цена, руб     | Выход, гр | № в сборнике рецептов | Белки | Жиры  | Углевод ы | Эн. Ценно сть |
|--|---------------|-----------|-----------------------|-------|-------|-----------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                           |               |           |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая жидкая             | 20,92         | 1\170     | 330\2003              | 3,98  | 9,44  | 25,71     | 204,80        |
| Какао с молоком                          | 15,44         | 1\180     | 270\2009              | 4,37  | 4,54  | 29,46     | 176,14        |
| Бутерброд с сыром                        | 26,87         | 31\32     | 90\2003               | 7,06  | 7,35  | 20,92     | 186,20        |
| Яблоко                                   | 31,90         | 1 шт      | 9.1.2.6\2008          | 0,80  | 0,80  | 19,60     | 94,00         |
| Хлеб ржаной                              | 2,31          | 1\30      | 6.3.5.3\2008          | 1,98  | 0,36  | 10,02     | 52,20         |
| <b>Итого:</b>                            | <b>97,44</b>  |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Обед</b>                              |               |           |                       |       |       |           |               |
| Салат картофельный с растительным маслом | 11,42         | 1\80      | 72\2003               | 1,36  | 6,84  | 7,43      | 98,67         |
| Бульон из кур прозрачный с гренками      | 5,00          | 250\20    | 122,551\2003          | 3,83  | 0,88  | 15,40     | 90,00         |
| Пельмени отварные с маслом сливочным     | 68,22         | 150\8     | 719\2004              | 15,30 | 12,75 | 29,40     | 300,00        |
| Компот из изюма                          | 8,83          | 1\180     | 385\2003              | 0,37  | 0,00  | 22,64     | 88,20         |
| Хлеб ржаной                              | 2,16          | 1\28      | 6.3.5.3\2008          | 1,85  | 0,34  | 9,35      | 48,72         |
| Батон нарезной                           | 1,81          | 1\15      | 6.1.3.2.2\2008        | 1,14  | 0,42  | 7,71      | 39,30         |
| <b>Итого:</b>                            | <b>97,44</b>  |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Всего:</b>                            | <b>194,88</b> |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Свободный выбор</b>                   |               |           |                       |       |       |           |               |
| Салат картофельный с растительным маслом | 14,28         | 1\100     | 72\2003               | 1,70  | 8,55  | 9,28      | 123,33        |
| Бульон из кур прозрачный с гренками      | 5,00          | 250\20    | 122,551\2003          | 3,83  | 0,88  | 15,40     | 90,00         |
| Пельмени отварные                        | 68,22         | 150\8     | 719\2004              | 15,30 | 12,75 | 29,40     | 300,00        |
| 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        |
| Сок фруктовый 0,2л                       | 29,00         | 1 шт      | 11.1.1.15\2008        | 0,6   | 0,4   | 32,6      | 140           |
| <b>В том числе диетические блюда</b>     |               |           |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая жидкая             | 20,92         | 1\170     | 330\2003              | 3,98  | 9,44  | 25,71     | 204,80        |
| Куры отварные (филе)                     | 51,55         | 1\50      | 207\2003              | 15,28 | 5,90  | 0,56      | 117,00        |
| Рис припущенный                          | 11,86         | 1\150     | 449\2003              | 3,69  | 4,85  | 37,52     | 213,00        |

Зав. Производством

Индивидуальный предприниматель  
Бухгалтер

*Шептунова*

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева

Утверждаю \_\_\_\_\_ Директор школы

**Меню на "22" марта 2024года**

Российская Федерация  
Город Пенза  
Индивидуальный предприниматель  
Шептунова Ольга Евгеньевна  
ОГРНИП 318583500029332 ИП Шептунова О.Б. столовая МБОУ СОШ № 68/2  
ИНН 50351315014

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

| Наименование                             | Цена, руб     | Выход, гр | № в сборнике рецептур | Белки | Жиры  | Углевод ы | Эн. Ценно сть |
|--|---------------|-----------|-----------------------|-------|-------|-----------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                           |               |           |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая жидкая             | 24,98         | 210\10,5  | 330\2003              | 5,23  | 12,39 | 33,75     | 268,80        |
| Какао с молоком                          | 15,44         | 1\180     | 270\2009              | 4,37  | 4,54  | 29,46     | 176,14        |
| Салат "Изюминка"                         | 13,23         | 1\100     | 22\2003               | 1,12  | 0,17  | 15,05     | 65,00         |
| Батон нарезной                           | 4,22          | 1\35      | 6.1.3.2.2\2008        | 2,66  | 0,98  | 17,99     | 91,70         |
| Хлеб ржаной                              | 2,13          | 1\27      | 6.3.5.3\2008          | 1,78  | 0,32  | 9,02      | 46,98         |
| <b>Итого:</b>                            | <b>60,00</b>  |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Обед</b>                              |               |           |                       |       |       |           |               |
| Салат картофельный с растительным маслом | 8,57          | 1\60      | 72\2003               | 1,02  | 5,13  | 5,57      | 74,00         |
| Бульон из кур прозрачный с гренками      | 5,00          | 250\20    | 122,551\2003          | 3,83  | 0,88  | 15,40     | 90,00         |
| Пельмени отварные с маслом сливочным     | 65,40         | 150\5     | 719\2004              | 15,30 | 12,75 | 29,40     | 300,00        |
| Чай с сахаром                            | 2,47          | 1\200     | 433\2003              | 0,20  | 0,05  | 15,01     | 57,00         |
| Хлеб ржаной                              | 1,75          | 1\25      | 6.3.5.3\2008          | 1,65  | 0,30  | 8,35      | 43,50         |
| Батон нарезной                           | 1,81          | 1\15      | 6.1.3.2.2\2008        | 1,14  | 0,42  | 7,71      | 39,30         |
| <b>Итого:</b>                            | <b>85,00</b>  |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Всего:</b>                            | <b>145,00</b> |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Свободный выбор</b>                   |               |           |                       |       |       |           |               |
| Салат картофельный с растительным маслом | 14,28         | 1\100     | 72\2003               | 1,70  | 8,55  | 9,28      | 123,33        |
| Бульон из кур прозрачный с гренками      | 5,00          | 250\20    | 122,551\2003          | 3,83  | 0,88  | 15,40     | 90,00         |
| Пельмени отварные                        | 68,22         | 150\8     | 719\2004              | 15,30 | 12,75 | 29,40     | 300,00        |
| 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        |
| Сок фруктовый 0,2л                       | 29,00         | 1 шт      | 11.1.1.15\2008        | 0,6   | 0,4   | 32,6      | 140           |
| <b>В том числе диетические блюда</b>     |               |           |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая жидкая             | 20,92         | 1\170     | 330\2003              | 3,98  | 9,44  | 25,71     | 204,80        |
| Куры отварные (филе)                     | 51,55         | 1\50      | 207\2003              | 15,28 | 5,90  | 0,56      | 117,00        |
| Рис припущенный                          | 11,86         | 1\150     | 449\2003              | 3,69  | 4,85  | 37,52     | 213,00        |

Зав. Производством

Индивидуальный предприниматель  
Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева