

Меню на "14" сентября 2023 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша гречневая вязкая на молоке	27,12	250\6,25	104\2009	9,93	10,26	43,91	307,71
Кофейный напиток с молоком	11,09	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Бутерброд с джемом	6,52	17\30	85\2003	2,27	0,85	26,98	124,08
Яйцо вареное	12,47	1 шт	139\2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Хлеб ржаной	2,80	1\38	6.3.5.3\2008	2,51	0,46	12,69	66,12
Итого:	60,00						
Обед							
Винегрет овощной	10,21	1\100	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	11,01	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Жаркое	59,77	1\250	158\2\2003	25,97	9,06	25,64	292,86
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,79	1\24	6.3.5.3\2008	1,58	0,29	8,02	41,76
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выбор							
Винегрет овощной	6,13	1\60	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	11,01	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Жаркое	65,18	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	234,29
Салат из свежих помидоров	12,45	1\100	61\2003	1,08	8,47	4,60	100,00
Салат "Мазайка"	15,79	1\100	24\2003	1,50	8,55	9,07	121,67
Котлеты рубленые из птицы	61,46	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Картофельное пюре	13,51	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Макароны отварные	9,54	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	67,03	1\60	495\2004	29,20	6,80	0,50	186,00
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	26,10	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
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
В том числе диетические блюда							
Куры отварные (филе)	48,53	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша гречневая вязкая на молоке	21,69	200\5	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Меню на "14" сентября 2023 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша гречневая вязкая на молоке	21,69	200\5	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17
Кофейный напиток с молоком	11,09	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Бутерброд с сыром	22,94	28\30	90/2003	3,08	1,16	36,09	166,27
Омлет натуральный	30,01	1\100	301\2013	8,62	13,38	2,31	163,08
Хлеб ржаной	3,15	1\43	6.3.5.3\2008	2,77	0,50	14,03	73,08
Итого:	88,88						
Обед							
Винегрет овощной	6,13	1\60	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	11,01	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Жаркое	65,18	1\200	158/2/2003	20,78	7,25	20,51	234,29
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	2,04	1\28	6.3.5.3\2008	1,85	0,34	9,35	48,72
Батон нарезной	2,30	1\20	6.1.3.2.2\2008	1,52	0,56	10,28	52,40
Итого:	88,88						
Всего:	177,76						
Свободный выбор							
Винегрет овощной	6,13	1\60	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	11,01	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Жаркое	65,18	1\200	158/2/2003	20,78	7,25	20,51	234,29
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	26,10	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
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
В том числе диетические блюда							
Куры отварные (филе)	48,53	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша гречневая вязкая на молоке	21,69	200\5	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Меню на "14" сентября 2023 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша гречневая вязкая на молоке	27,12	250\6,25	104\2009	9,93	10,26	43,91	307,71
Кофейный напиток с молоком	11,09	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Бутерброд с джемом	6,52	17\30	85\2003	2,27	0,85	26,98	124,08
Яйцо вареное	12,47	1 шт	139\2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Хлеб ржаной	2,80	1\38	6.3.5.3\2008	2,51	0,46	12,69	66,12
Итого:	60,00						
Обед							
Винегрет овощной	10,21	1\100	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	11,01	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Жаркое	59,77	1\250	158\2\2003	25,97	9,06	25,64	292,86
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,79	1\24	6.3.5.3\2008	1,58	0,29	8,02	41,76
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выбор							
Винегрет овощной	6,13	1\60	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	11,01	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Жаркое	65,18	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	234,29
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	26,10	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
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
В том числе диетические блюда							
Куры отварные (филе)	48,53	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша гречневая вязкая на молоке	21,69	200\5	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер



О.Б. Шептунова
А.В. Андреева