

Меню на "9" октября 2024 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Запеканка творожная	40,63	1\100	313\2009	16,00	16,80	15,93	283,33
Чай с сахаром	2,61	1\200	433\2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Каша манная молочная	13,24	1\200	328\2003	5,96	11,80	31,02	254,00
Бутерброд с джемом из абрикосов	6,74	15\25	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	0,00	1\10	6.3.5.3\2008	0,66	0,12	3,34	17,40
Итого:	60,00						
Обед							
Салат из моркови	7,82	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Суп-лапша "Домашняя"	9,05	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	43,03	1\110	230\2003	10,71	8,43	3,99	135,00
Картофельное пюре	19,43	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Чай с сахаром и лимоном	4,23	180\15\7	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Хлеб ржаной	1,44	1\17	6.3.5.3\2008	1,12	0,20	5,68	29,58
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выбор							
Салат из моркови	4,69	1\60	9\2009	0,68	6,05	6,23	82,08
Суп-лапша "Домашняя"	7,24	1\200	45\2009	2,22	3,95	10,90	88,80
Рыба запеченная с морковью	61,21	1\110	230\2003	16,66	13,12	6,20	210,00
Картофельное пюре	16,19	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Каша манная молочная	30,64	200\15	328\2003	5,96	11,80	31,02	254,00
Куры отварные (филе)	48,54	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	6,04	1\180	431\2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
 Бухгалтер

О.Б. Шептунова
 А.В. Андреева

Меню на "9" октября 2024 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Запеканка творожная	56,88	1\140	313/2009	22,40	23,52	22,31	396,67
Чай с сахаром	2,35	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша манная молочная	30,64	200\15	328\2003	5,96	11,80	31,02	254,00
Бутерброд с джемом из абрикосов	6,74	15\25	85\2003	0,72	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	0,83	1\15	6.3.5.3/2008	0,99	0,18	5,01	26,10
Итого:	97,44						
Обед							
Салат из моркови	4,69	1\60	9\2009	0,68	6,05	6,23	82,08
Суп-лапша "Домашняя"	7,24	1\200	45\2009	2,22	3,95	10,90	88,80
Рыба запеченная с морковью	61,21	1\110	230\2003	16,66	13,12	6,20	210,00
Картофельное пюре	16,19	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Чай с сахаром и лимоном	4,23	180\15\7	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Хлеб ржаной	1,87	1\22	6.3.5.3/2008	1,45	0,26	7,35	38,28
Батон	2,01	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	97,44						
Всего:	194,88						
Свободный выбор							
Салат из моркови	4,69	1\60	9\2009	0,68	6,05	6,23	82,08
Суп-лапша "Домашняя"	7,24	1\200	45\2009	2,22	3,95	10,90	88,80
Рыба запеченная с морковью	61,21	1\110	230\2003	16,66	13,12	6,20	210,00
Картофельное пюре	16,19	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Каша манная молочная	30,64	200\15	328\2003	5,96	11,80	31,02	254,00
Куры отварные (филе)	48,54	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	6,04	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный
 предприниматель
 Бухгалтер



О.Б. Шептунова
 А.В. Андреева

Меню на "9" октября 2024 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Запеканка творожная	40,63	1\100	313/2009	16,00	16,80	15,93	283,33
Чай с сахаром	2,61	1\200	433/2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Каша манная молочная	13,24	1\200	328\2003	5,96	11,80	31,02	254,00
Бутерброд с джемом из абрикосов	6,74	15\25	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	0,00	1\10	6.3.5.3/2008	0,66	0,12	3,34	17,40
Итого:	60,00						
Обед							
Салат из моркови	7,82	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Суп-лапша "Домашняя"	9,05	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	43,03	1\110	230\2003	10,71	8,43	3,99	135,00
Картофельное пюре	19,43	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Чай с сахаром и лимоном	4,23	180\15\7	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Хлеб ржаной	1,44	1\17	6.3.5.3/2008	1,12	0,20	5,68	29,58
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выбор							
Салат из моркови	4,69	1\60	9\2009	0,68	6,05	6,23	82,08
Суп-лапша "Домашняя"	7,24	1\200	45\2009	2,22	3,95	10,90	88,80
Рыба запеченная с морковью	61,21	1\110	230\2003	16,66	13,12	6,20	210,00
Картофельное пюре	16,19	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Каша манная молочная	30,64	200\15	328\2003	5,96	11,80	31,02	254,00
Куры отварные (филе)	48,54	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	6,04	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
 Бухгалтер



О.Б. Шептунова
 А.В. Андреева