

## Меню на "2" декабря 2022 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
<b>Завтрак</b>							
Салат из моркови	5,96	1\100	9\2009	1,13	10,08	10,38	136,80
Каша вязкая молочная пшениная	21,29	200\10	323/2003	8,18	12,80	42,46	318,00
Какао с молоком	17,51	1\180	270/2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Конфеты	6,52	1 шт	10.9.2.4\2008	0,33	1,46	16,27	80,00
Хлеб ржаной	3,38	1\45	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	5,34	1\47	6.1.3.2.2./2008	3,57	1,32	24,16	123,14
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Огурец	20,59	1\100	13\2003	2,09	6,33	10,64	107,83
Щи из свежей капусты с картофелем	6,40	1\250	63\2009	2,09	6,33	10,64	107,83
Курица в соусе с томатом (филе)	39,85	1\100	210/2009	28,75	34,69	4,54	445,24
Картофельное пюре	14,81	1/180	443/2003	3,89	6,72	26,46	187,20
Чай с сахаром	2,23	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	0,00	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	1,72	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>							
Каша вязкая молочная пшениная	21,29	200\10	323/2003	8,18	12,80	42,46	318,00
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	6,72	200\5	63\2009	1,67	5,06	8,51	86,26
Курица в соусе с томатом (филе)	40,60	1\80	210\2009	23,00	27,75	3,63	356,19
Салат "Школьные годы"	17,03	1\100	38\2003	1,18	5,12	3,52	65,00
Салат из свежих помидоров	19,40	1\100	59\2003	0,73	8,42	2,40	88,33
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	52,24	1\60	495\2004	35,04	8,16	0,60	223,20
Котлеты рубленые из птицы	47,90	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Картофельное пюре	12,35	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Макаронные изделия отварные	8,44	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
Кекс Московский 70 гр	26,1	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Кекс Лимонный 75 гр	27,99	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	26,10	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>В том числе диетические блюда</b>							
Чай с молоком	5,25	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	10,74	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00
Зав. производством							

Индивидуальный  
предприниматель  
С.А.А.А.



О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева