

Меню на "20" мая 2025 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							
Макаронные изделия, запеченные с сыром	52,89	1\275	296\2013	12,34	9,66	52,32	346,10
Какао с молоком	20,00	1\200	270\2009	4,85	5,04	32,73	195,71
Бутерброд с джемом	7,66	10\35	85\2003	2,17	0,81	25,83	118,80
Хлеб ржаной	2,80	1\28	6.3.5.3/2008	2,71	0,49	13,69	71,34
Масло сливочное	8,65	1\6	5.1.5\2008	0,06	4,32	0,06	39,08
Итого:	92,00						
Обед							
Салат "Мазайка"	21,74	1\100	24\2003	1,50	8,55	9,07	121,67
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с курицей (филе)	25,91	250\10\10	96\2003	6,64	7,07	17,18	143,10
Котлеты рубленые из птицы	61,35	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Соус красный основной	1,26	1\25	455\2003	0,20	0,43	1,56	10,93
Гречка отварная	16,95	1\180	445\2003	10,49	7,94	51,68	334,80
Чай с сахаром	2,54	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	3,62	1\36	6.3.5.3/2008	2,38	0,43	12,02	62,64
Батон	4,63	1\30	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						
Свободный выбор							
Салат "Мазайка"	13,04	1\60	24\2003	0,90	5,13	5,44	73,00
Салат из квашеной капусты с луком	15,68	1\100	7\2009	1,60	10,00	3,58	110,60
Борщ из свежей капусты с картофелем	8,84	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рубленые из птицы	55,22	1\90	205\2003	22,50	12,89	14,78	266,40
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Лимонный 75 гр	37,41	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	39,15	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Сок фруктовый 0,2 л	31,90	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Гречка отварная	14,12	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Куры отварные (филе)	51,61	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00

Зав. производством





Меню на "20" мая 2025 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							
Макаронные изделия, запеченные с сыром	39,43	1\205	296\2013	9,20	7,20	39,00	258,00
Бутерброд с джемом	8,78	15\35	85\2003	2,41	0,90	28,70	132,00
Какао с молоком	18,00	1\180	270\2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Апельсин	29,00	1 шт	9.1.4.1\2008	1,80	0,40	16,20	86,00
Хлеб ржаной	4,55	1\46	6.3.5.3\2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Итого:	99,76						
Обед							
Салат "Мазайка"	13,04	1\60	24\2003	0,90	5,13	5,44	73,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	8,84	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рубленые из птицы	55,22	1\90	205\2003	22,50	12,89	14,78	266,40
Гречка отварная	14,12	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Соус красный основной	1,26	1\25	455\2003	0,20	0,43	1,56	10,93
Чай с сахаром	2,54	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	2,43	1\25	6.3.5.3\2008	1,58	0,29	8,02	41,76
Батон	2,31	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	99,76						
Всего:	199,52						
Свободный выбор							
Салат "Мазайка"	13,04	1\60	24\2003	0,90	5,13	5,44	73,00
Салат из квашеной капусты с луком	15,68	1\100	7\2009	1,60	10,00	3,58	110,60
Борщ из свежей капусты с картофелем	8,84	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рубленые из птицы	55,22	1\90	205\2003	22,50	12,89	14,78	266,40
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Лимонный 75 гр	37,41	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	39,15	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Сок фруктовый 0,2 л	31,90	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Гречка отварная	14,12	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Куры отварные (филе)	51,61	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00

Зав. производством

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							
Макаронные изделия, запеченные с сыром	52,89	1\275	296\2013	12,34	9,66	52,32	346,10
Какао с молоком	20,00	1\200	270\2009	4,85	5,04	32,73	195,71
Бутерброд с джемом	7,66	10\35	85\2003	2,17	0,81	25,83	118,80
Хлеб ржаной	2,80	1\28	6.3.5.3/2008	2,71	0,49	13,69	71,34
Масло сливочное	8,65	1\6	5.1.5\2008	0,06	4,32	0,06	39,08
Итого:	92,00						
Обед							
Салат "Мазайка"	21,74	1\100	24\2003	1,50	8,55	9,07	121,67
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с курицей (филе)	25,91	250\10\10	96\2003	6,64	7,07	17,18	143,10
Котлеты рубленые из птицы	61,35	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Соус красный основной	1,26	1\25	455\2003	0,20	0,43	1,56	10,93
Гречка отварная	16,95	1\180	445\2003	10,49	7,94	51,68	334,80
Чай с сахаром	2,54	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	3,62	1\36	6.3.5.3/2008	2,38	0,43	12,02	62,64
Батон	4,63	1\30	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						
Свободный выбор							
Салат "Мазайка"	13,04	1\60	24\2003	0,90	5,13	5,44	73,00
Салат из квашеной капусты с луком	15,68	1\100	7\2009	1,60	10,00	3,58	110,60
Борщ из свежей капусты с картофелем	8,84	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рубленые из птицы	55,22	1\90	205\2003	22,50	12,89	14,78	266,40
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Лимонный 75 гр	37,41	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	39,15	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Сок фруктовый 0,2 л	31,90	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Гречка отварная	14,12	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Куры отварные (филе)	51,61	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00

Зав. производством