

Меню на "4" мая 2023 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>                                   |               |              |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая (жидкая)                   | 29,50         | 250\12,5     | 330\2003              | 6,23  | 14,75 | 40,18     | 320,00        |
| Чай с сахаром                                    | 2,23          | 1\180        | 433/2003              | 0,18  | 0,05  | 13,51     | 51,30         |
| Бутерброд с сыром                                | 14,81         | 16/32        | 90/2003               | 6,14  | 5,60  | 15,94     | 141,87        |
| Яйцо вареное                                     | 10,88         | 1 шт         | 139/2009              | 5,08  | 4,60  | 0,28      | 62,80         |
| Хлеб ржаной                                      | 2,58          | 1\35         | 6.3.5.3/2008          | 2,31  | 0,42  | 11,69     | 60,90         |
| <b>Итого:</b>                                    | <b>60,00</b>  |              |                       |       |       |           |               |
| <b>Обед</b>                                      |               |              |                       |       |       |           |               |
| Салат из свеклы отварной                         | 3,26          | 1\60         | 23\2009               | 0,86  | 3,05  | 5,70      | 45,21         |
| Борщ из свежей капусты с картофелем              | 10,45         | 1\250        | 96\2003               | 2,06  | 5,27  | 13,01     | 108,00        |
| Тефтели из птицы с соусом                        | 49,24         | 100\50       | 219\2003              | 44,10 | 20,90 | 33,43     | 340,00        |
| Каша гречневая рассыпчатая                       | 18,02         | 1\180        | 445\2003              | 10,50 | 7,99  | 51,68     | 334,80        |
| Чай с сахаром и лимоном                          | 3,80          | 180\13,5\6,3 | 1.1.1.16/2008         | 0,23  | 0,05  | 13,70     | 53,10         |
| Хлеб ржаной                                      | 0,00          | 1\25         | 6.3.5.3/2008          | 1,65  | 0,30  | 8,35      | 43,50         |
| Батон нарезной                                   | 0,23          | 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         | 14,46         | 1\100        | 72\2003               | 1,70  | 8,55  | 9,28      | 123,33        |
| Салат из квашеной капусты с луком                | 9,16          | 1\60         | 7\2009                | 0,96  | 6,00  | 3,58      | 66,36         |
| Салат из свеклы отварной                         | 3,26          | 1\60         | 23\2009               | 0,86  | 3,05  | 5,70      | 45,21         |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 12,04         | 250\5        | 96\2003               | 2,06  | 5,27  | 13,01     | 108,00        |
| Тефтели из птицы с соусом                        | 43,99         | 90\40        | 219\2003              | 38,22 | 18,11 | 28,98     | 294,67        |
| Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)     | 54,85         | 1\60         | 495\2004              | 35,04 | 8,16  | 0,60      | 223,20        |
| Котлеты рубленые из птицы                        | 49,98         | 1\100        | 205\2003              | 25,00 | 14,32 | 16,42     | 296,00        |
| Картофельное пюре                                | 15,49         | 1\180        | 443\2003              | 3,89  | 6,71  | 26,46     | 187,20        |
| Макаронные изделия отварные                      | 8,83          | 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         |
| Круассан   | 30,6          | 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 0,2 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>             |               |              |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая (жидкая)                   | 23,60         | 200\10       | 330\2003              | 4,98  | 11,80 | 32,14     | 256,00        |
| Каша гречневая рассыпчатая                       | 15,01         | 1\150        | 445\2003              | 8,75  | 6,62  | 43,07     | 279,00        |
| Чай с сахаром                                    | 2,23          | 1\180        | 433/2003              | 0,18  | 0,05  | 13,51     | 51,30         |

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель  
Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева



**Меню на "4" мая 2023 года**

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

| Наименование                                     | Цена, руб     | Выход, гр | № в сборнике рецептур | Белки | Жиры  | Углевод<br>ы | Эн.<br>Ценно<br>сть |
|--|---------------|-----------|-----------------------|-------|-------|--------------|---------------------|
| <b>Завтрак</b>                                   |               |           |                       |       |       |              |                     |
| Какао с молоком                                  | 18,40         | 1\180     | 270/2009              | 4,37  | 4,54  | 29,46        | 176,14              |
| Каша молочная рисовая (жидкая)                   | 23,60         | 200\10    | 330\2003              | 4,98  | 11,80 | 32,14        | 256,00              |
| Бутерброд с сыром                                | 18,52         | 20\40     | 90/2003               | 7,68  | 7,00  | 19,92        | 177,33              |
| Сок фруктовый 0,2 л                              | 26,10         | 1 шт      | 11.1.1.16/08          | 1,00  | 0,20  | 20,20        | 92,00               |
| Хлеб ржаной                                      | 2,26          | 1\31      | 6.3.5.3/2008          | 2,05  | 0,37  | 10,35        | 53,94               |
| <b>Итого:</b>                                    | <b>88,88</b>  |           |                       |       |       |              |                     |
| <b>Обед</b>                                      |               |           |                       |       |       |              |                     |
| Салат из свеклы отварной                         | 3,26          | 1\60      | 23\2009               | 0,86  | 3,05  | 5,70         | 45,21               |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 12,04         | 250\5     | 96\2003               | 2,06  | 5,27  | 13,01        | 108,00              |
| Тефтели из птицы с соусом                        | 43,99         | 90\40     | 219\2003              | 38,22 | 18,11 | 28,98        | 294,67              |
| Каша гречневая рассыпчатая                       | 15,01         | 1\150     | 445\2003              | 8,75  | 6,62  | 43,07        | 279,00              |
| Сок фруктовый                                    | 10,96         | 1\180     | 11.1.1.16/08          | 0,80  | 0,18  | 18,18        | 82,80               |
| Хлеб ржаной                                      | 1,90          | 1\26      | 6.3.5.3/2008          | 1,72  | 0,31  | 8,68         | 45,24               |
| Батон нарезной                                   | 1,72          | 1\15      | 6.1.3.2.2./2008       | 1,14  | 0,42  | 7,71         | 39,30               |
| <b>Итого:</b>                                    | <b>88,88</b>  |           |                       |       |       |              |                     |
| <b>Всего:</b>                                    | <b>177,76</b> |           |                       |       |       |              |                     |
| <b>Свободный выбор</b>                           |               |           |                       |       |       |              |                     |
| 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               |
| Круассан   | 30,6          | 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 0,2 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>             |               |           |                       |       |       |              |                     |
| Каша молочная рисовая (жидкая)                   | 23,60         | 200\10    | 330\2003              | 4,98  | 11,80 | 32,14        | 256,00              |
| Каша гречневая рассыпчатая                       | 15,01         | 1\150     | 445\2003              | 8,75  | 6,62  | 43,07        | 279,00              |
| Чай с сахаром                                    | 2,23          | 1\180     | 433/2003              | 0,18  | 0,05  | 13,51        | 51,30               |

Зав. производством

Индивидуальный  
 предприниматель  
 Бухгалтер



О.Б. Шептунова  
 А.В. Андреева

Утверждаю \_\_\_\_\_ Директор школы

Республика Федерация  
город Пенза  
Индивидуальный предприниматель  
Шептунова Ольга Брониславовна  
С/Р№ПД 317020300000032  
ИНН 68-119-014

**Меню на "4" мая 2023 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 |
|--------------------------------------|---------------|--------------|-----------------------|-------|-------|-----------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                       |               |              |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая (жидкая)       | 29,50         | 250\12,5     | 330\2003              | 6,23  | 14,75 | 40,18     | 320,00        |
| Чай с сахаром                        | 2,23          | 1\180        | 433/2003              | 0,18  | 0,05  | 13,51     | 51,30         |
| Бутерброд с сыром                    | 14,81         | 16/32        | 90/2003               | 6,14  | 5,60  | 15,94     | 141,87        |
| Яйцо вареное                         | 10,88         | 1 шт         | 139/2009              | 5,08  | 4,60  | 0,28      | 62,80         |
| Хлеб ржаной                          | 2,58          | 1\35         | 6.3.5.3/2008          | 2,31  | 0,42  | 11,69     | 60,90         |
| <b>Итого:</b>                        | <b>60,00</b>  |              |                       |       |       |           |               |
| <b>Обед</b>                          |               |              |                       |       |       |           |               |
| Салат из свеклы отварной             | 3,26          | 1\60         | 23\2009               | 0,86  | 3,05  | 5,70      | 45,21         |
| Борщ из свежей капусты с картофелем  | 10,45         | 1\250        | 96\2003               | 2,06  | 5,27  | 13,01     | 108,00        |
| Тефтели из птицы с соусом            | 49,24         | 100\50       | 219\2003              | 44,10 | 20,90 | 33,43     | 340,00        |
| Каша гречневая рассыпчатая           | 18,02         | 1\180        | 445\2003              | 10,50 | 7,99  | 51,68     | 334,80        |
| Чай с сахаром и лимоном              | 3,80          | 180\13,5\6,3 | 11.1.1.16/2008        | 0,23  | 0,05  | 13,70     | 53,10         |
| Хлеб ржаной                          | 0,00          | 1\25         | 6.3.5.3/2008          | 1,65  | 0,30  | 8,35      | 43,50         |
| Батон нарезной                       | 0,23          | 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>               |               |              |                       |       |       |           |               |
| 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         |
| Круассан                             | 30,6          | 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 0,2 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> |               |              |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая (жидкая)       | 23,60         | 200\10       | 330\2003              | 4,98  | 11,80 | 32,14     | 256,00        |
| Каша гречневая рассыпчатая           | 15,01         | 1\150        | 445\2003              | 8,75  | 6,62  | 43,07     | 279,00        |
| Чай с сахаром                        | 2,23          | 1\180        | 433/2003              | 0,18  | 0,05  | 13,51     | 51,30         |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Индивидуальный предприниматель  
Бухгалтер

\_\_\_\_\_

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева