

Утверждаю

Директор школы

# Меню на "7" марта 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>							
Запеканка из творога	36,61	1\100	313\2013	16,00	16,80	15,93	283,33
Чай с сахаром и лимоном	3,80	180\13,5\6,3	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Каша молочная манная	13,1	1\200	328\2003	5,96	11,8	31,02	254
Бутерброд с джемом из абрикосов	3,22	10\15\25	85\2003	1,21	0,45	14,35	66
Хлеб ржаной	3,27	1\44	6.3.5.3/2008	2,90	0,53	14,70	76,56
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной	9,76	1\100	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Рассольник "Ленинградский"	7,82	1\250	42/2009	5,03	11,30	32,38	149,60
Котлета "Студенческая"	50,51	1\100	173/2/2003	34,35	22,89	27,78	353,85
Макаронные изделия отварные	10,13	1\180	447\2003	6,57	5,98	41,85	253,80
Чай с сахаром	2,23	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,88	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон	2,67	1\24	6.1.3.2.2\2008	1,82	0,67	12,34	62,88
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</b>						
<b>Свободный выбор</b>							
Винегрет овощной	9,76	1\100	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Салат из моркови с курагой	7,23	1\100	62\2013	1,60	0,10	15,10	68,00
Салат из свежих помидоров	21,90	1\100	61\2003	1,08	8,47	4,60	100,00
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	11,01	250\10	42/2009	5,03	11,30	32,38	149,60
Котлета "Студенческая"	50,51	1\100	173/2/2003	34,35	22,89	27,78	353,85
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	52,24	1\60	495\2004	35,04	8,16	0,60	223,20
Биточки рубленые из птицы	47,90	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Картофельное пюре	15,03	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
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 Лимонный 75 гр	27,99	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	30,6	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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 манная	21,8	200\10	328\2003	5,96	11,8	31,02	254
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	12,88	1\180	449\2003	4,43	5,81	45,02	255,60

Зав. производством

Индивидуальный  
предприимчивость  
Директор

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева

Утверждаю \_\_\_\_\_ Директор школы

## Меню на "7" марта 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>							
Запеканка из творога	49,42	1\135	313\2013	21,60	22,68	21,51	382,50
Молоко сгущенное с сахаром	7,56	1\20	1.4.3.2\2008	1,44	1,70	11,10	65,60
Чай с сахаром и лимоном	3,80	180\13,5\6,3	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Каша молочная манная	21,8	200\10	328\2003	5,96	11,8	31,02	254
Бутерброд с джемом из абрикосов	3,22	10\15\25	85\2003	1,21	0,45	14,35	66
Хлеб ржаной	3,08	1\42	6.3.5.3/2008	2,77	0,50	14,03	73,08
<b>Итого:</b>	<b>88,88</b>						
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной	9,76	1\100	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	11,01	250\10	42/2009	5,03	11,30	32,38	149,60
Котлета "Студенческая"	50,51	1\100	173/2/2003	34,35	22,89	27,78	353,85
Макаронные изделия отварные	8,44	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Чай с сахаром	2,23	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	2,91	1\40	6.3.5.3/2008	2,57	0,47	13,03	67,86
Батон	4,02	1\35	6.1.3.2.2\2008	2,66	0,98	17,99	91,70
<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 Лимонный 75 гр	27,99	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	30,6	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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 манная	21,8	200\10	328\2003	5,96	11,8	31,02	254
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	12,88	1\180	449\2003	4,43	5,81	45,02	255,60

Зав. производством

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева

**Меню на "7" марта 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>							
Запеканка из творога	36,61	1\100	313\2013	16,00	16,80	15,93	283,33
Чай с сахаром и лимоном	3,80	180\13,5\6,3	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Каша молочная манная	13,1	1\200	328\2003	5,96	11,8	31,02	254
Бутерброд с джемом из абрикосов	3,22	10\15\25	85\2003	1,21	0,45	14,35	66
Хлеб ржаной	3,27	1\44	6.3.5.3/2008	2,90	0,53	14,70	76,56
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной	9,76	1\100	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Рассольник "Ленинградский"	7,82	1\250	42/2009	5,03	11,30	32,38	149,60
Котлета "Студенческая"	50,51	1\100	173/2/2003	34,35	22,89	27,78	353,85
Макаронные изделия отварные	10,13	1\180	447\2003	6,57	5,98	41,85	253,80
Чай с сахаром	2,23	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,88	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон	2,67	1\24	6.1.3.2.2\2008	1,82	0,67	12,34	62,88
<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 Лимонный 75 гр	27,99	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	30,6	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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 манная	21,8	200\10	328\2003	5,96	11,8	31,02	254
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	12,88	1\180	449\2003	4,43	5,81	45,02	255,60

Зав. производством

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер



О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева