

Меню на "9" марта 2023 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша молочная рисовая (жидкая)	28,60	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	3,48	1\47	6.3.5.3/2008	3,10	0,56	15,70	81,78
Итого:	60,00						
Обед							
Салат из свеклы отварной	4,91	1\100	23\2009	1,43	5,08	9,50	75,35
Борщ из свежей капусты с картофелем	9,39	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Тефтели из птицы с соусом	46,80	100\50	219\2003	44,10	20,90	33,43	340,00
Каша гречневая рассыпчатая	17,56	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	1,88	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	0,66	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выбор							
Салат картофельный с растительным маслом	14,29	1\100	72\2003	1,70	8,55	9,28	123,33
Салат из квашеной капусты с луком	9,06	1\60	7\2009	0,96	6,00	3,58	66,36
Салат из свеклы отварной	4,91	1\100	23\2009	1,43	5,08	9,50	75,35
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	12,58	250\10	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Тефтели из птицы с соусом	41,82	90\40	219\2003	38,22	18,11	28,98	294,67
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	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 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
В том числе диетические блюда							
Каша молочная рисовая (жидкая)	22,88	200\10	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,63	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
Шептунова

О.Б. Шептунова
А.В. Александрова

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "9" 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
Завтрак							
Какао с молоком	18,40	1\180	270/2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Каша молочная рисовая (жидкая)	22,88	200\10	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Бутерброд с сыром	17,59	19\38	90/2003	7,30	6,65	18,92	168,47
Сок фруктовый 0,2 л	26,10	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	3,91	1\53	6.3.5.3/2008	3,50	0,64	17,70	92,22
Итого:	88,88						
Обед							
Салат из свеклы отварной	4,91	1\100	23\2009	1,43	5,08	9,50	75,35
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	12,58	250\10	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Тефтели из птицы с соусом	41,82	90\40	219\2003	38,22	18,11	28,98	294,67
Каша гречневая рассыпчатая	14,63	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Сок фруктовый	10,44	1\180	11.1.1.16/08	0,80	0,18	18,18	82,80
Хлеб ржаной	2,78	1\38	6.3.5.3/2008	2,51	0,46	12,69	66,12
Батон нарезной	1,72	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	88,88						
Всего:	177,76						
Свободный выбор							
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
В том числе диетические блюда							
Каша молочная рисовая (жидкая)	22,88	200\10	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,63	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

Меню на "9" 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
Завтрак							
Каша молочная рисовая (жидкая)	28,60	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	3,48	1\47	6.3.5.3/2008	3,10	0,56	15,70	81,78
Итого:	60,00						
Обед							
Салат из свеклы отварной	4,91	1\100	23\2009	1,43	5,08	9,50	75,35
Борщ из свежей капусты с картофелем	9,39	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Тефтели из птицы с соусом	46,80	100\50	219\2003	44,10	20,90	33,43	340,00
Каша гречневая рассыпчатая	17,56	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	1,88	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	0,66	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выбор							
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
В том числе диетические блюда							
Каша молочная рисовая (жидкая)	22,88	200\10	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,63	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
Евдокимов

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева