

Меню на "14" март 2023 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Суп молочный с макаронными изделиями	15,67	1\250	60\2004	7,40	8,50	22,90	197,00
Яйцо вареное	10,88	1 шт	139\2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Какао с молоком	18,40	1\180	270\2009	4,85	5,04	32,73	195,71
Масло сливочное	6,96	1\8	5.1.5\2008	0,12	8,64	0,12	79,20
Хлеб ржаной	3,38	1\45	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	4,71	1\41	6.1.3.2.2./2008	3,12	1,15	21,07	107,42
Итого:	60,00						
Обед							
Салат "Школьный"	11,33	1\100	39/2003	1,42	8,42	6,73	108,33
Щи из свежей капусты с картофелем	6,40	1\250	63/2009	2,09	6,33	10,64	107,83
Котлеты рубленые из индейки	47,02	1\100	204\2003	44,92	20,06	32,72	330,00
Макароны отварные	10,13	1\180	447\2003	6,57	5,98	41,85	253,80
Компот из смеси сухофруктов	6,50	1\180	283/2009	0,50	0,00	25,10	102,41
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
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выбор							
Салат из свеклы с сыром	10,79	1\60	55\2013	2,80	12,10	7,10	148,00
Салат "Школьный"	11,33	1\100	39/2003	1,42	8,42	6,73	108,33
Салат из свежих огурцов и помидор	28,36	1\100	18\2009	0,98	5,13	4,54	65,81
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	8,95	250\8	63/2009	2,09	6,33	10,64	107,83
Котлеты рубленые из индейки	47,02	1\100	204\2003	44,92	20,06	32,72	330,00
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	52,24	1\60	495\2004	35,04	8,16	0,60	223,20
Картофельное пюре	12,53	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Макароны 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
Кеке Московский 70 гр	26,1	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Кеке 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							
Суп молочный с макаронными изделиями	12,54	1\200	60\2004	5,92	6,80	18,32	157,60
Гречка отварная 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
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00

Зав. производством 

Индивидуальный предприниматель
Бухгалтер



О.Б. Шелтунова
А.В. Андреева

Утверждаю

Директор школы

Российская Федерация

город Пенза

Индивидуальный предприниматель

Шептунова Ольга Ероиславовна

Меню на "14" 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							
Суп молочный с макаронными изделиями	12,54	1\200	60\2004	5,92	6,80	18,32	157,60
Яйцо вареное	10,88	1 шт	139\2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Какао с молоком	18,40	1\180	270\2009	4,85	5,04	32,73	195,71
Апельсин	32,99	1 шт	9.1.4.1\2008	1,58	0,35	14,18	75,25
Масло сливочное	8,70	1\10	5.1.5\2008	0,15	10,80	0,15	99,00
Хлеб ржаной	3,07	1\42	6.3.5.3\2008	2,71	0,49	13,69	71,34
Батон нарезной	2,30	1\20	6.1.3.2.2./2008	1,52	0,56	10,58	52,40
Итого:	88,88						
Обед							
Салат "Школьный"	11,33	1\100	39\2003	1,42	8,42	6,73	108,33
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	8,95	250\8	63\2009	2,09	6,33	10,64	107,83
Котлеты рубленые из индейки	47,02	1\100	204\2003	44,92	20,06	32,72	330,00
Макароны отварные	8,44	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Компот из смеси сухофруктов	6,50	1\180	283\2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	2,62	1\36	6.3.5.3\2008	2,31	0,42	11,69	60,90
Батон нарезной	4,02	1\35	6.1.3.2.2./2008	2,66	0,98	17,99	91,70
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
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							
Суп молочный с макаронными изделиями	12,54	1\200	60\2004	5,92	6,80	18,32	157,60
Гречка отварная 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
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
БухгалтерО.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Меню на "14" март 2023 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Суп молочный с макаронными изделиями	15,67	1\250	60\2004	7,40	8,50	22,90	197,00
Яйцо вареное	10,88	1 шт	139\2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Какао с молоком	18,40	1\180	270\2009	4,85	5,04	32,73	195,71
Масло сливочное	6,96	1\8	5.1.5\2008	0,12	8,64	0,12	79,20
Хлеб ржаной	3,38	1\45	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	4,71	1\41	6.1.3.2.2./2008	3,12	1,15	21,07	107,42
Итого:	60,00						
Обед							
Салат "Школьный"	11,33	1\100	39/2003	1,42	8,42	6,73	108,33
Щи из свежей капусты с картофелем	6,40	1\250	63/2009	2,09	6,33	10,64	107,83
Котлеты рубленые из индейки	47,02	1\100	204\2003	44,92	20,06	32,72	330,00
Макароны отварные	10,13	1\180	447\2003	6,57	5,98	41,85	253,80
Компот из смеси сухофруктов	6,50	1\180	283/2009	0,50	0,00	25,10	102,41
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
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выдор							
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
В том числе диетические блюда							
Суп молочный с макаронными изделиями	12,54	1\200	60\2004	5,92	6,80	18,32	157,60
Гречка отварная 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
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Гучгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева