

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "15" 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							
Запеканка творожная	36,61	1\100	313\2009	16,00	16,80	15,93	283,33
Чай с сахаром	2,23	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша геркулесовая	15,99	1\200	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Бутерброд с джемом из абрикосов	5,11	15\25	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	0,06	1\30	6.3.5.3\2008	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого:	60,00						
Обед							
Салат из моркови с курагой	7,23	1\100	62\2013	1,60	0,10	15,10	68,00
Суп-лапша "Домашняя"	7,18	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	42,65	1\110	230\2003	14,28	11,24	5,32	180,00
Картофельное пюре	15,03	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	9,44	1\180	280\2009	0,30	0,00	20,39	82,78
Хлеб ржаной	1,88	1\25	6.3.5.3\2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон	1,59	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 моркови с курагой	4,34	1\60	62\2013	0,96	0,06	9,06	40,80
Салат "Свеколка"	10,74	1\100	36\2003	1,72	10,07	16,97	163,33
Винегрет овощной	9,76	1\100	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Суп-лапша "Домашняя" с курицей (филе)	14,75	250\10	45\2009	4,58	6,55	13,62	133,00
Рыба запеченная с морковью	42,65	1\110	230\2003	14,28	11,24	5,32	180,00
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	52,24	1\60	495\2004	35,04	8,16	0,60	223,20
Биточки рубленые из птицы	43,94	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
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
Круассан	30,6	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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							
Каша геркулесовая с маслом	24,69	200\10	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	5,59	1\180	431\2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Шептунова

О.Б. Шептунова
Л.В. Анискина

Утверждаю _____ Директор школы

Российская Федерация
город Пенза
Индивидуальный предприниматель
Шептунова Ольга Александровна
ОГРНИП 310543591030532
ИНН 563513163142

Меню на "15" марта 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							
Запеканка творожная	49,42	1\135	313/2009	21,60	22,68	21,51	382,50
Молоко сгущенное с сахаром	3,78	1\10	1.3.4.2\2008	0,72	0,85	5,55	32,80
Чай с сахаром	2,23	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша геркулесовая с маслом	24,69	200\10	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Бутерброд с джемом из абрикосов	6,26	15\35	85\2003	2,41	0,90	28,70	132,00
Хлеб ржаной	2,50	1\34	6.3.5.3/2008	2,24	0,41	11,36	59,16
Итого:	88,88						
Обед							
Салат из моркови с курагой	4,34	1\60	62\2013	0,96	0,06	9,06	40,80
Суп-лапша "Домашняя" с курицей (филе)	14,75	250\10	45\2009	4,58	6,55	13,62	133,00
Рыба запеченная с морковью	42,65	1\110	230\2003	14,28	11,24	5,32	180,00
Картофельное пюре	12,53	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	9,44	1\180	280/2009	0,30	0,00	20,39	82,78
Хлеб ржаной	3,45	1\47	6.3.5.3/2008	3,10	0,56	15,70	81,78
Батон	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
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 геркулесовая с маслом	24,69	200\10	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	5,59	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством _____

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер



О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "15" 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							
Запеканка творожная	36,61	1\100	313/2009	16,00	16,80	15,93	283,33
Чай с сахаром	2,23	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша геркулесовая	15,99	1\200	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Бутерброд с джемом из абрикосов	5,11	15\25	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	0,06	1\30	6.3.5.3/2008	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого:	60,00						
Обед							
Салат из моркови с курагой	7,23	1\100	62\2013	1,60	0,10	15,10	68,00
Суп-лапша "Домашняя"	7,18	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	42,65	1\110	230\2003	14,28	11,24	5,32	180,00
Картофельное пюре	15,03	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	9,44	1\180	280/2009	0,30	0,00	20,39	82,78
Хлеб ржаной	1,88	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон	1,59	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
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 геркулесовая с маслом	24,69	200\10	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	5,59	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством _____

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева