

Меню на "20" марта 2023 год

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углев оды	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша "Дружба"	17,47	200\5	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Яйцо вареное	10,88	1 шт	139/2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Салат из моркови с курагой	7,23	1\100	62\2013	1,60	0,10	15,10	68,00
Кофейный напиток с молоком	11,59	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Хлеб ржаной	0,67	1\15	6.3.5.3/2008	0,99	0,18	5,01	26,10
Батон нарезной	1,72	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Сыр "Российский"	10,44	1\15	1.6.1.8\2008	2,32	2,95	0,00	36,40
Итого:	60,00						
Обед							
Салат из свеклы отварной	4,91	1\100	23\2009	1,43	5,09	9,50	75,35
Суп картофельный с горохом	9,69	1\250	118/2003	5,48	4,74	19,74	146,00
Плов	56,54	1\205	184\2/2003	25,32	9,57	41,07	356,00
Компот из смеси сухофруктов	6,50	1\180	283/2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	3,38	1\45	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	3,98	1\35	6.1.3.2.2./2008	2,66	0,98	17,99	91,70
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выбор							
Салат "Мазайка"	17,18	1\100	24\2003	1,50	8,55	9,07	121,67
Салат из свежих огурцов	23,67	1\100	59\2003	0,73	8,42	2,40	88,33
Салат из квашеной капусты с луком	9,06	1\60	7\2009	0,96	6,00	2,15	66,36
Суп картофельный с горохом	7,75	1\200	118/2003	4,38	3,79	15,79	116,80
Плов	58,44	1\185	184\2/2003	23,42	8,86	37,99	329,30
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
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 "Дружба"	17,47	200\5	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,63	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
Шептунова О.Б.

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "20" марта 2023 год

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углев оды	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша "Дружба"	17,47	200\5	102\2009	6,55	8,33	31,67	217,59
Яйцо вареное	10,88	1 шт	139/2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Кофейный напиток с молоком	11,59	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Хлеб ржаной	3,72	1\50	6.3.5.3/2008	3,30	0,60	16,70	87,00
Батон нарезной	1,72	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Сок фруктовый 0,2	26,10	1 шт	11.1.1.16/2008	1,00	0,20	20,20	92,00
Сыр "Российский"	17,40	1\25	1.6.1.8\2008	5,80	7,38	0,00	91,00
Итого:	88,88						
Обед							
Салат из квашеной капусты с луком	9,06	1\60	7\2009	0,96	6,00	3,58	66,36
Суп картофельный с горохом	7,75	1\200	118/2003	4,38	3,79	15,79	116,80
Плов	58,44	1\185	184\2/2003	23,42	8,86	37,99	329,30
Компот из смеси сухофруктов	6,50	1\180	283/2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	1,96	1\27	6.3.5.3/2008	1,78	0,32	9,02	46,98
Батон нарезной	5,17	1\45	6.1.3.2.2./2008	3,42	1,26	23,13	117,90
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 "Дружба"	17,47	200\5	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,63	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер



О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Меню на "20" марта 2023 год

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углев оды	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша "Дружба"	17,47	200\5	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Яйцо вареное	10,88	1 шт	139/2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Салат из моркови с курагой	7,23	1\100	62\2013	1,60	0,10	15,10	68,00
Кофейный напиток с молоком	11,59	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Хлеб ржаной	0,67	1\15	6.3.5.3/2008	0,99	0,18	5,01	26,10
Батон нарезной	1,72	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Сыр "Российский"	10,44	1\15	1.6.1.8\2008	2,32	2,95	0,00	36,40
Итого:	60,00						
Обед							
Салат из свеклы отварной	4,91	1\100	23\2009	1,43	5,09	9,50	75,35
Суп картофельный с горохом	9,69	1\250	118/2003	5,48	4,74	19,74	146,00
Плов	56,54	1\205	184\2/2003	25,32	9,57	41,07	356,00
Компот из смеси сухофруктов	6,50	1\180	283/2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	3,38	1\45	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	3,98	1\35	6.1.3.2.2./2008	2,66	0,98	17,99	91,70
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 "Дружба"	17,47	200\5	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,63	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева