

Меню на "19" марта 2025 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Чай с сахаром	2,83	1\200	434\2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Сыр	21,26	1\25	1.6.1.8\2008	5,80	7,38	0,00	91,00
Суп молочный с крупой пшено	30,38	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Сок фруктовый 0,2 л	31,90	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	2,54	1\26	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	3,09	1\20	6.1.3.2.2./2008	1,52	0,56	10,28	52,40
Итого:	92,00						

Обед							
Салат из свежих помидоров	34,40	1\100	61\2003	1,08	8,47	4,60	100,00
Суп-лапша "Домашняя"	11,31	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	111,00
Жаркое с курицей	78,01	1\260	158\2\2003	26,49	9,24	26,16	341,00
Компот из свежих плодов или ягод	10,86	1\200	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Хлеб ржаной	1,11	1\12	6.3.5.3/2008	0,73	0,13	3,67	19,14
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						

Свободный выбор							
Суп молочный с крупой пшено	30,38	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,12	1\200	106\2003	2,22	3,95	10,90	112,00
Жаркое с курицей	57,62	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	20,64	1\60	61\2003	0,65	5,08	2,76	60,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	35,82	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Кекс Лимонный 75 гр	37,41	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	31,90	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00

В том числе диетические блюда

Компот из свежих плодов или ягод	9,81	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Куры отварные (филе)	51,60	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,12	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством




Меню на "19" марта 2025 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Чай с сахаром	2,54	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Суп молочный с крупой пшено	30,38	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Сыр российский	25,52	1\30	1.6.1.8\2008	6,96	8,85	0,00	109,20
Сок фруктовый 0,2 л	31,90	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	3,25	1\33	6.3.5.3/2008	2,11	0,38	10,69	55,68
Батон нарезной	6,17	1\40	6.1.3.2.2./2008	3,04	1,12	20,56	104,80
Итого:	99,76						
Обед							
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	20,64	1\60	61\2003	0,65	5,08	2,76	60,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,12	1\200	106\2003	2,22	3,95	10,90	112,00
Жаркое с курицей	57,62	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Компот из свежих плодов или ягод	9,81	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Хлеб ржаной	2,94	1\30	6.3.5.3/2008	1,91	0,35	9,69	50,46
Батон нарезной	4,63	1\30	6.1.3.2.2./2008	2,28	0,84	15,42	78,60
Итого:	99,76						
Всего:	199,52						
Свободный выбор							
Суп молочный с крупой пшено	30,38	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,12	1\200	106\2003	2,22	3,95	10,90	112,00
Жаркое с курицей	57,62	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	20,64	1\60	61\2003	0,65	5,08	2,76	60,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	35,82	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Кекс Лимонный 75 гр	37,41	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	31,90	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Компот из свежих плодов или ягод	9,81	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Куры отварные (филе)	51,60	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,12	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством



Меню на "19" марта 2025 года

ИП Шелтунова О.Б. столовая МБОУ СОШ № 68/2

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углерод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Чай с сахаром	2,83	1\200	434\2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Сыр	21,26	1\25	1.6.1.8\2008	5,80	7,38	0,00	91,00
Суп молочный с крупой пшено	30,38	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Сок фруктовый 0,2 л	31,90	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	2,54	1\26	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	3,09	1\20	6.1.3.2.2./2008	1,52	0,56	10,28	52,40
Итого:	92,00						
Обед							
Салат из свежих помидоров	34,40	1\100	61\2003	1,08	8,47	4,60	100,00
Суп-лапша "Домашняя"	11,31	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	111,00
Жаркое с курицей	78,01	1\260	158\2\2003	26,49	9,24	26,16	341,00
Компот из свежих плодов или ягод	10,86	1\200	282\2009	0,16	0,00	14,99	80,64
Хлеб ржаной	1,11	1\12	6.3.5.3/2008	0,73	0,13	3,67	19,14
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						
Свободный выбор							
Суп молочный с крупой пшено	30,38	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,12	1\200	106\2003	2,22	3,95	10,90	112,00
Жаркое с курицей	57,62	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	20,64	1\60	61\2003	0,65	5,08	2,76	60,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	35,82	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Кекс Лимонный 75 гр	37,41	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	31,90	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Компот из свежих плодов или ягод	9,81	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Куры отварные (филе)	51,60	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,12	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством