

Утверждаю

Директор школы

Меню на "11" ноября 2022 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша молочная рисовая жидкая	26,45	200\15	330\2003	5,10	12,08	32,91	262,10
Какао с молоком	17,51	1\180	270\2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Салат из моркови с изюмом	9,54	1\100	13\2009	1,22	0,08	24,10	93,87
Батон нарезной	4,02	1\35	6.1.3.2.2\2008	2,66	0,98	17,99	91,70
Хлеб ржаной	2,48	1\33	6.3.5.3\2008	2,18	0,40	11,02	57,42
Итого:	60,00						
Обед							
Винегрет овощной	9,76	1\100	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	10,99	250\5	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Куриное филе в соусе с томатом	47,62	1\100	210\2009	28,75	34,69	4,54	445,23
Макаронны отварные	10,13	1\180	447\2003	6,58	5,98	41,86	253,80
Чай с сахаром	2,23	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,40	1\19	6.3.5.3\2008	1,25	0,23	6,35	33,06
Батон нарезной	2,87	1\25	6.1.3.2.2\2008	1,90	0,70	12,85	65,50
Итого:	85,00						
Всего:	145,00						
Свободный выбор							
Винегрет овощной	5,85	1\60	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Салат из моркови с изюмом	9,54	1\100	13\2009	1,22	0,08	24,10	93,87
Салат из свежих огурцов	18,72	1\100	59\2003	0,73	8,42	2,40	88,33
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	9,11	200\5	96\2003	1,65	4,21	10,41	86,40
Курица в соусе с томатом (филе)	42,79	1\90	210\2009	25,88	31,22	4,09	400,72
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	52,24	1\60	495\2004	35,04	8,16	0,60	223,20
Биточки рубленые из птицы	47,90	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Картофельное пюре	14,81	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 Лимонный 75 гр	26,1	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	22,10	200\10	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	10,74	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00
Зав. производством							

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Меню на "11" ноября 2022 года

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

Российская Федерация
г. Пенза
Шептунова Ольга Брониславовна
ОГРНИП 318007501019362
ИНН 5107121651-2



Наименование	Цена руб.	Выход гр.	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша молочная рисовая жидкая	22,10	200\10	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Какао с молоком	17,51	1\180	270\2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Бутерброд с джемом	8,33	25\40	85\2003	3,13	1,17	37,31	171,60
Яблоко	30,45	1\210	9.1.2.6\2008	0,84	0,84	20,58	98,70
Хлеб ржаной	3,68	1\50	6.3.5.3\2008	3,23	0,59	16,37	85,26
Итого:	82,07						
Обед							
Винегрет овощной	5,85	1\60	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	9,11	200\5	96\2003	1,65	4,21	10,41	86,40
Курица в соусе с томатом (филе)	42,79	1\90	210\2009	25,88	31,22	4,09	400,72
Макаронные изделия отварные	8,44	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Сок	10,44	1\180	11.1.1.16\2008	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	3,14	1\43	6.3.5.3\2008	2,77	0,50	14,03	73,08
Батон нарезной	2,30	1\20	6.1.3.2.2\2008	1,52	0,56	10,28	52,40
Итого:	82,07						
Всего:	164,14						
Свободный выбор							
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Лимонный 75 гр	26,1	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	22,10	200\10	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	10,74	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00
Зав. производством							

Индивидуальный предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "11" ноября 2022 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	26,45	200\15	330\2003	5,10	12,08	32,91	262,10
Какао с молоком	17,51	1\180	270\2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Салат из моркови с изюмом	9,54	1\100	13\2009	1,22	0,08	24,10	93,87
Батон нарезной	4,02	1\35	6.1.3.2.2\2008	2,66	0,98	17,99	91,70
Хлеб ржаной	2,48	1\33	6.3.5.3\2008	2,18	0,40	11,02	57,42
Итого:	60,00						
Обед							
Винегрет овощной	9,76	1\100	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	10,99	250\5	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Куриное филе в соусе с томатом	47,62	1\100	210\2009	28,75	34,69	4,54	445,23
Макароны отварные	10,13	1\180	447\2003	6,58	5,98	41,86	253,80
Чай с сахаром	2,23	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,40	1\19	6.3.5.3\2008	1,25	0,23	6,35	33,06
Батон нарезной	2,87	1\25	6.1.3.2.2\2008	1,90	0,70	12,85	65,50
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 Лимонный 75 гр	26,1	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	22,10	200\10	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	10,74	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00
Зав. производством							

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева