

Утверждаю \_\_\_\_\_ Директор школы

## Меню на "23" ноября 2022 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эп. Ценно сть
<b>Завтрак</b>							
Запеканка творожная	36,61	1\100	313/2009	16,00	16,80	15,93	283,33
Каша "Дружба"	16,68	200\5	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Чай с сахаром	2,23	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	513,00
Бутерброд с джемом	5,11	15\25	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	0,00	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	42,75
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Салат из моркови	5,96	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Суп-лапша "Домашняя"	7,18	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	45,27	1\110	230\2003	14,28	11,24	5,32	180,00
Картофельное пюре	14,81	1\180	443\2003	3,89	6,72	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	2,34	1\32	6.3.5.3/2008	2,11	0,38	10,69	55,68
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</b>						
<b>Свободный выбор</b>							
Салат из моркови	5,96	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Салат "Школьные годы"	16,49	1\100	38\2003	1,18	5,12	3,52	65
Винегрет овощной	9,76	1\100	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Суп-лапша "Домашняя"	7,18	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	45,27	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	12,35	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
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
<b>В том числе диетические блюда</b>							
Каша "Дружба"	16,68	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
Чай с молоком	5,25	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 "23" 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
<b>Завтрак</b>							
Запеканка творожная	43,93	1\120	313/2009	19,20	20,16	19,12	340,00
Молоко сгущенное с сахаром	5,67	1\15	1.3.4.2\2008	1,08	1,28	8,33	49,20
Чай с сахаром	2,23	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша "Дружба"	16,68	200\5	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Бутерброд с маслом	11,00	10\20	88\2003	1,42	5,49	9,01	91,80
Хлеб ржаной	2,56	1\35	6.3.5.3/2008	2,31	0,42	11,69	60,90
<b>Итого:</b>	<b>82,07</b>						
<b>Обед</b>							
Салат из моркови	3,58	1\60	9\2009	0,68	6,05	6,23	82,08
Суп-лапша "Домашняя"	7,18	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	45,27	1\110	230\2003	14,28	11,24	5,32	180,00
Картофельное пюре	12,35	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	2,53	1\35	6.3.5.3/2008	2,24	0,41	11,36	59,16
Батон	1,72	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
<b>Итого:</b>	<b>82,07</b>						
<b>Всего:</b>	<b>164,14</b>						
<b>Свободный выбор</b>							
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
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
<b>В том числе диетические блюда</b>							
Каша "Дружба"	16,68	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
Чай с молоком	5,25	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 "23" 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
<b>Завтрак</b>							
Запеканка творожная	36,61	1\100	313/2009	16,00	16,80	15,93	283,33
Каша "Дружба"	16,68	200\5	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Чай с сахаром	2,23	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	513,00
Бутерброд с джемом	5,11	15\25	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	0,00	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	42,75
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Салат из моркови	5,96	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Суп-лапша "Домашняя"	7,18	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	45,27	1\110	230\2003	14,28	11,24	5,32	180,00
Картофельное пюре	14,81	1\180	443\2003	3,89	6,72	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	2,34	1\32	6.3.5.3/2008	2,11	0,38	10,69	55,68
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</b>						
<b>Свободный выбор</b>							
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
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
<b>В том числе диетические блюда</b>							
Каша "Дружба"	16,68	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
Чай с молоком	5,25	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева