

Меню на "5" ноября 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	2,56	1\200	434\2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Сыр	20,88	1\15	1.6.1.8\2008	3,48	4,43	0,00	54,60
Суп молочный с крупой пшено	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Сок фруктовый 0,2 л	36,25	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	1,03	1\10	6.3.5.3/2008	0,66	0,12	3,34	17,40
Батон нарезной	1,68	1\12	6.1.3.2.2./2008	0,91	0,34	6,17	31,44
Итого:	92,00						
Обед							
Икра морковная	16,76	1\100	78\2004	2,20	7,60	11,40	128,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,35	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	111,00
Жаркое с курицей	98,52	1\260	158\2\2003	27,01	9,42	26,67	304,57
Компот из свежих плодов или ягод	11,41	1\200	282\2009	0,16	0,00	14,99	80,64
Хлеб ржаной	4,65	1\46	6.3.5.3/2008	3,04	0,55	15,36	80,04
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	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,35	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	112,00
Жаркое с курицей	67,51	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Икра морковная	10,06	1\60	78\2004	1,32	4,56	6,84	76,80
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	36,25	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	11,41	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Куры отварные (филе)	57,94	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	13,55	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Р

Меню на "5" ноября 2025 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Чай с сахаром	2,30	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Суп молочный с крупой пшено	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Сыр российский	26,44	1\19	1.6.1.8\2008	4,41	5,61	0,00	69,16
Сок фруктовый 0,2 л	36,25	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	2,85	1\29	6.3.5.3/2008	1,85	0,34	9,35	48,72
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	99,76						
Обед							
Икра морковная	10,06	1\60	78\2004	1,32	4,56	6,84	76,80
Суп-лапша "Домашняя"	4,35	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	112,00
Жаркое с курицей	67,51	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Компот из свежих плодов или ягод	10,31	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Хлеб ржаной	4,44	1\44	6.3.5.3/2008	2,90	0,53	14,70	76,56
Батон нарезной	3,09	1\20	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	99,76						
Всего:	199,52						
Свободный выбор							
Суп молочный с крупой пшено	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,35	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	112,00
Жаркое с курицей	67,51	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Икра морковная	10,06	1\60	78\2004	1,32	4,56	6,84	76,80
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	36,25	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	10,31	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Куры отварные (филе)	57,94	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	13,55	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Меню на "5" ноября 2025 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Чай с сахаром	2,56	1\200	434\2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Сыр	20,88	1\15	1.6.1.8\2008	3,48	4,43	0,00	54,60
Суп молочный с крупой пшено	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Сок фруктовый 0,2 л	36,25	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	1,03	1\10	6.3.5.3/2008	0,66	0,12	3,34	17,40
Батон нарезной	1,68	1\12	6.1.3.2.2./2008	0,91	0,34	6,17	31,44
Итого:	92,00						
Обед							
Икра морковная	16,76	1\100	78\2004	2,20	7,60	11,40	128,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,35	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	111,00
Жаркое с курицей	98,52	1\260	158\2\2003	27,01	9,42	26,67	304,57
Компот из свежих плодов или ягод	11,41	1\200	282\2009	0,16	0,00	14,99	80,64
Хлеб ржаной	4,65	1\46	6.3.5.3/2008	3,04	0,55	15,36	80,04
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	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,35	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	112,00
Жаркое с курицей	67,51	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Икра морковная	10,06	1\60	78\2004	1,32	4,56	6,84	76,80
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	36,25	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	11,41	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Куры отварные (филе)	57,94	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	13,55	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством