

Меню на "6" ноября 2025 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							
Чай с сахаром	2,30	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Омлет натуральный	37,04	1\100	301\2013	8,62	13,38	2,31	163,08
Каша молочная рисовая жидкая	34,22	1\260	330\2003	6,23	14,75	40,18	320,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Хлеб ржаной	3,22	1\32	6.3.5.3/2008	2,11	0,38	10,69	55,68
Итого:	92,00						
Обед							
Винегрет овощной	11,42	1\100	50\2022	1,40	10,04	7,29	125,00
Рассольник Ленинградский со сметаной	21,02	250\10	42\2009	6,83	12,91	32,38	171,60
Шашлык из куриного филе с томатным соусом	76,95	1\110	тتك, 453	17,32	17,85	2,56	239,20
Макаронные изделия отварные	14,83	1\180	447\2003	6,57	5,98	41,85	253,80
Компот из сухофруктов	6,88	1\180	283\2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	4,59	1\46	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	227,00						
Свободный выбор							
Винегрет овощной	6,85	1\60	50\2022	0,84	6,02	4,37	75,00
Рассольник Ленинградский	9,01	1\200	42\2009	4,02	9,04	25,90	119,68
Шашлык из куриного филе с томатным соусом	61,35	1\100	тتك, 453	14,52	15,18	2,71	204,80
Макаронные изделия отварные	12,36	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кеке Московский 70 гр	35,82	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Кеке 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							
Каша гречневая рассыпчатая	13,55	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Каша молочная рисовая (жидкая)	37,04	1\210	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Чай с сахаром	2,30	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30

Зав. производством

Утверждаю _____ Директор школы
Меню на "6" ноября 2025 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							
Чай с сахаром	2,30	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша молочная рисовая (жидкая)	30,04	1\210	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Омлет натуральный	48,15	1\130	301\2013	11,20	17,40	3,00	212,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Хлеб ржаной	4,05	1\40	6.3.5.3/2008	2,64	0,48	13,36	69,60
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	99,76						
Обед							
Винегрет овощной	6,85	1\60	50\2022	0,84	6,02	4,37	75,00
Рассольник Ленинградский	9,01	1\200	42\2009	4,02	9,04	25,90	119,68
Шашлык из куриного филе с томатным соусом	61,35	1\100	тгк, 453	14,52	15,18	2,71	204,80
Макаронные изделия отварные	12,36	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Компот из сухофруктов	6,88	1\180	283\2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	1,00	1\11	6.3.5.3/2008	0,66	0,12	3,34	17,40
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	99,76						
Всего:	199,52						
Свободный выбор							
Винегрет овощной	6,85	1\60	50\2022	0,84	6,02	4,37	75,00
Рассольник Ленинградский	9,01	1\200	42\2009	4,02	9,04	25,90	119,68
Шашлык из куриного филе с томатным соусом	61,35	1\100	тгк, 453	14,52	15,18	2,71	204,80
Макаронные изделия отварные	12,36	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
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							
Каша гречневая рассыпчатая	13,55	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Каша молочная рисовая (жидкая)	30,04	1\210	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Чай с сахаром	2,30	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30

Зав. производством

Меню на "6" ноября 2025 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							
Чай с сахаром	2,30	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Омлет натуральный	37,04	1\100	301\2013	8,62	13,38	2,31	163,08
Каша молочная рисовая жидкая	34,22	1\260	330\2003	6,23	14,75	40,18	320,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Хлеб ржаной	3,22	1\32	6.3.5.3/2008	2,11	0,38	10,69	55,68
Итого:	92,00						
Обед							
Винегрет овощной	11,42	1\100	50\2022	1,40	10,04	7,29	125,00
Рассольник Ленинградский со сметаной	21,02	250\10	42\2009	6,83	12,91	32,38	171,60
Шашлык из куриного филе с томатным соусом	76,95	1\110	тتك, 453	17,32	17,85	2,56	239,20
Макаронные изделия отварные	14,83	1\180	447\2003	6,57	5,98	41,85	253,80
Компот из сухофруктов	6,88	1\180	283\2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	4,59	1\46	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	227,00						
Свободный выбор							
Винегрет овощной	6,85	1\60	50\2022	0,84	6,02	4,37	75,00
Рассольник Ленинградский	9,01	1\200	42\2009	4,02	9,04	25,90	119,68
Шашлык из куриного филе с томатным соусом	61,35	1\100	тتك, 453	14,52	15,18	2,71	204,80
Макаронные изделия отварные	12,36	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
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							
Каша гречневая рассыпчатая	13,55	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Каша молочная рисовая (жидкая)	37,04	1\210	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Чай с сахаром	2,30	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30

Зав. производством