

Равенскийская Федерация
город Пенза
Индивидуальный предприниматель
Шептунова Ольга Брониславовна
ОГРНИП 318503303000000
ИНН 583513165142

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "26" ноября 2025 года

О.Б. столовая при МБОУ СОШ № 68/1

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Запеканка из творога	59,65	1\100	313/2009	16,00	16,80	15,93	283,33
Чай с сахаром	2,56	1\200	433/2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Каша манная молочная	17,45	1\230	328\2003	6,85	13,57	35,67	292,10
Бутерброд с джемом из абрикосов	7,24	15\25	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	5,10	1\50	6.3.5.3/2008	3,30	0,60	16,70	87,00
Итого:	92,00						
Обед							
Салат из моркови	8,87	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Суп-лапша "Домашняя" с курицей	22,37	250\10	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	74,15	1\130	230\2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	22,50	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Чай с сахаром и лимоном	4,91	180\15\7	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Хлеб ржаной	2,88	1\29	6.3.5.3/2008	1,91	0,35	9,69	50,46
батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						
Свободный выбор							
Салат из моркови	8,87	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Суп-лапша "Домашняя"	4,71	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	56,57	1\110	230\2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	18,75	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Макароны 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
Круассан	39,15	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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 манная молочная	22,98	1\230	328\2003	6,41	12,69	33,35	273,05
Куры отварные (филе)	57,94	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	6,71	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Запеканка творожная	59,65	1\100	313/2009	16,00	16,80	15,93	283,33
Чай с сахаром	2,30	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша манная молочная	22,98	1\220	328\2003	6,41	12,69	33,35	273,05
Бутерброд с джемом из абрикосов	9,91	20\35	85\2003	2,65	0,99	31,57	145,20
Хлеб ржаной	4,92	1\49	6.3.5.3/2008	3,17	0,58	16,03	83,52
Итого:	99,76						
Обед							
Салат из моркови	8,87	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Суп-лапша "Домашняя"	4,71	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	56,57	1\110	230\2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	18,75	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Чай с сахаром и лимоном	4,91	180\15\7	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Хлеб ржаной	3,64	1\37	6.3.5.3/2008	2,38	0,43	12,02	62,64
Батон	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							
Салат из моркови	8,87	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Суп-лапша "Домашняя"	4,71	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	56,57	1\110	230\2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	18,75	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Макароны 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
Круассан	39,15	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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 манная молочная	22,98	1\220	328\2003	6,41	12,69	33,35	273,05
Куры отварные (филе)	57,94	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	6,71	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Меню на "26" ноября 2025 года

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							
Запеканка из творога	59,65	1\100	313/2009	16,00	16,80	15,93	283,33
Чай с сахаром	2,56	1\200	433/2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Каша манная молочная	17,45	1\230	328\2003	6,85	13,57	35,67	292,10
Бутерброд с джемом из абрикосов	7,24	15\25	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	5,10	1\50	6.3.5.3/2008	3,30	0,60	16,70	87,00
Итого:	92,00						
Обед							
Салат из моркови	8,87	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Суп-лапша "Домашняя" с курицей	22,37	250\10	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	74,15	1\130	230\2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	22,50	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Чай с сахаром и лимоном	4,91	180\15\7	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Хлеб ржаной	2,88	1\29	6.3.5.3/2008	1,91	0,35	9,69	50,46
батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						
Свободный выбор							
Салат из моркови	8,87	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Суп-лапша "Домашняя"	4,71	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	56,57	1\110	230\2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	18,75	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Макароны 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
Круассан	39,15	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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 манная молочная	22,98	1\230	328\2003	6,41	12,69	33,35	273,05
Куры отварные (филе)	57,94	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	6,71	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева