

# Меню на "6" октября 2022 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод	Ценно
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с макаронными изделиями	14,71	1\250	60\2004	7,40	8,50	22,90	197,00
Кофейный напиток с молоком	10,90	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Бутерброд с сыром	20,48	22\45	90\2003	3,56	1,34	41,69	192,07
Яйцо вареное	10,88	1 шт	139\2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Хлеб ржаной	3,03	1\41	6.3.5.3\2008	2,71	0,49	13,69	71,34
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						

<b>Обед</b>							
Салат из белокачанной капусты	5,27	1\100	45\2003	1,53	5,06	9,03	86,66
Суп картофельный с клецками	7,42	1\250	46\2009	5,55	4,90	16,84	133,94
Котлеты рубленые из птицы	47,90	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Рис припущенный	12,88	1\180	449\2003	4,43	5,82	38,71	255,60
Компот из изюма	6,08	1\180	385\2003	0,37	0,00	22,64	88,20
Хлеб ржаной	3,73	1\50	6.3.5.3\2008	3,30	0,60	16,70	87,00
Батон нарезной	1,72	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</b>						

### Свободный выбор

Салат из белокачанной капусты	3,16	1\60	45\2003	0,92	3,04	5,42	52,00
Салат "Мазайка"	14,82	1\100	24\2003	1,50	8,55	9,07	121,67
Салат "Школьный"	6,80	1\60	39\2003	0,85	5,05	4,04	65,00
Суп картофельный с клецками, с курицей	13,50	200\24\10	46\2009	4,80	4,24	13,47	111,55
Котлеты рубленые из птицы	43,11	1\90	205\2003	22,50	12,89	14,78	266,40
Жаркое	48,88	1\175	158\2\2003	18,18	6,34	17,95	205,00
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
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	52,24	1\60	495\2004	29,20	6,80	0,50	186,00
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	26,1	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
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

### В том числе диетические блюда

Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,63	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Чай с сахаром	2,23	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Суп молочный с макаронными изделиями	14,71	1\250	60\2004	7,40	8,50	22,90	197,00

Зав. производством 

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер



О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева



Утверждаю \_\_\_\_\_ Директор школы

## Меню на "6" октября 2022 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Ценно сть
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с макаронными изделиями	14,71	1\250	60\2004	7,40	8,50	22,90	197,00
Кофейный напиток с молоком	10,90	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Бутерброд с сыром	20,48	22\45	90\2003	3,56	1,34	41,69	192,07
Яйцо вареное	10,88	1 шт	139\2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Хлеб ржаной	3,03	1\41	6.3.5.3\2008	2,71	0,49	13,69	71,34
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Салат из белокачанной капусты	5,27	1\100	45\2003	1,53	5,06	9,03	86,66
Суп картофельный с клецками	7,42	1\250	46\2009	5,55	4,90	16,84	133,94
Котлеты рубленые из птицы	47,90	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Рис припущенный	12,88	1\180	449\2003	4,43	5,82	38,71	255,60
Компот из изюма	6,08	1\180	385\2003	0,37	0,00	22,64	88,20
Хлеб ржаной	3,73	1\50	6.3.5.3\2008	3,30	0,60	16,70	87,00
Батон нарезной	1,72	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
<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 Московский 70 гр	26,1	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
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>							
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,63	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Чай с сахаром	2,23	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Суп молочный с макаронными изделиями	14,71	1\250	60\2004	7,40	8,50	22,90	197,00

Зав. производством

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева

Утверждаю \_\_\_\_\_ Директор школы  
**Меню на "6" октября 2022 года**

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Ценно сть
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с макаронными изделиями	14,71	1\250	60\2004	7,40	8,50	22,90	197,00
Кофейный напиток с молоком	10,90	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Бутерброд с сыром	27,44	32\45	90\2003	4,09	1,54	47,91	220,73
Сок фруктовый 0,2 л	26,10	1 шт	11.1.1.16\2008	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	2,92	1\39	6.3.5.3\2008	2,57	0,47	13,03	67,86
<b>Итого:</b>	<b>82,07</b>						

<b>Обед</b>							
Салат из белокачанной капусты	3,16	1\60	45\2003	0,92	3,04	5,42	52,00
Суп картофельный с клецками, с курицей	13,50	200\24\10	46\2009	4,80	4,24	13,47	111,55
Котлеты рубленые из птицы	43,11	1\90	205\2003	22,50	12,89	14,78	266,40
Рис припущенный	10,74	1\150	449\2003	3,69	4,85	35,71	213,00
Компот из изюма	6,08	1\180	385\2003	0,37	0,00	22,64	88,20
Хлеб ржаной	2,03	1\27	6.3.5.3\2008	1,78	0,32	9,02	46,98
Батон нарезной	3,45	1\30	6.1.3.2.2\2008	2,28	0,84	15,42	78,60
<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 Московский 70 гр	26,1	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
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>							
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	14,63	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Чай с сахаром	2,23	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Суп молочный с макаронными изделиями	14,71	1\250	60\2004	7,40	8,50	22,90	197,00

Зав. производством

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева