

Российская Федерация  
город Пенза  
Муниципальный район  
Ивановская  
ИП Шептунова О.Б. столовая при МБОУ СОШ № 68/1  
ИНН 6635131157

Утверждаю

Директор школы

**Меню на "27" октября 2022 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
<b>Завтрак</b>							
Запеканка из творога	36,61	1\100	313/2013	16,00	16,80	15,93	283,33
Каша молочная рисовая (жидкая)	13,40	1\200	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
Чай с сахаром	2,23	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Бутерброд с джемом из абрикосов	4,54	15\20	85/2003	1,69	0,63	20,09	92,40
Хлеб ржаной	3,22	1\43	6.3.5.3/2008	2,84	0,52	14,36	74,82
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Салат из свеклы отварной	4,91	1\100	23\2009	1,43	5,08	9,50	75,35
Борщ из свежей капусты с картофелем	9,39	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Тефтели из птицы с соусом	46,80	100\50	219\2003	44,10	20,90	33,43	340,00
Каша гречневая рассыпчатая	17,56	1\180	445\2003	10,50	7,99	51,68	334,80
Чай с сахаром и лимоном	3,48	180\13,5\6,3	1.1.1.16/2008	0,23	0,05	13,70	53,10
Хлеб ржаной	1,88	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	0,98	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>							
Салат картофельный с растительным маслом	14,29	1\100	72\2003	1,70	8,55	9,28	123,33
Салат из свежих помидоров и огурцов	14,67	1\100	18\2009	0,98	5,13	4,54	65,81
Салат из свеклы отварной	4,91	1\100	23\2009	1,43	5,08	9,50	75,35
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	8,79	200\4	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Тефтели из птицы с соусом	41,82	90\40	219\2003	38,22	18,11	28,98	294,67
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	52,24	1\60	495\2004	35,04	8,16	0,60	223,20
Котлеты рубленые из птицы	47,90	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Картофельное пюре	14,81	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Макаронные изделия 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 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>							
Каша молочная рисовая	22,10	200\10	330\2003	4,98	11,80	32,14	256,00
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
Зав. производством							

Индивидуальный предприниматель

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева

Утверждаю \_\_\_\_\_ Директор школы  
**Меню на "28" октября 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>							
Сыр "Российский"	8,35	1\12	1.6.1.8\2008	2,78	3,54	0,00	43,68
Каша вязкая молочная пшениная	21,29	200\10	323\2003	8,18	12,80	42,46	318,00
Котлеты рубленые из птицы	33,53	1\70	205\2003	17,50	10,02	11,49	207,20
Какао с молоком	17,51	1\180	270\2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Хлеб ржаной	1,39	1\19	6.3.5.3\2008	1,25	0,23	6,35	33,06
Батон нарезной	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>Обед</b>							
Огурец	8,24	1\60	13\2003	0,48	0,06	1,56	8,40
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	6,72	200\5	63\2009	1,67	5,06	8,51	86,26
Курица в соусе с томатом (филе)	41,69	1\85	210\2009	24,44	29,49	3,86	378,46
Картофельное пюре	12,35	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Компот из свежих плодов (яблок)	7,76	1\180	282\2009	0,14	0,00	13,49	54,58
Хлеб ржаной	2,44	1\33	6.3.5.3\2008	2,18	0,40	11,02	57,42
Батон нарезной	2,87	1\25	6.1.3.2.2./2008	1,90	0,70	12,85	65,50
<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>							
Чай с молоком	5,25	1\180	431\2003	1,39	1,47	8,42	50,40
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	10,74	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

Директор школы

# Меню на "28" октября 2022 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Бедни	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
<b>Завтрак</b>							
Салат из моркови	5,96	1\100	9\2009	1,13	10,08	10,38	136,80
Каша вязкая молочная пшеничная	21,29	200\10	323/2003	8,18	12,80	42,46	318,00
Какао с молоком	17,51	1\180	270/2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Конфеты	6,52	1 шт	10.9.2.4\2008	0,33	1,46	16,27	80,00
Хлеб ржаной	3,38	1\45	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	5,34	1\47	6.1.3.2.2./2008	3,57	1,32	24,16	123,14
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Огурец	13,73	1\100	13\2003	2,09	6,33	10,64	107,83
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	8,00	250\5	63\2009	2,09	6,33	10,64	107,83
Курица в соусе с томатом (филе)	42,42	1\100	210/2009	28,75	34,69	4,54	445,24
Картофельное пюре	14,81	1/180	443/2003	3,89	6,72	26,46	187,20
Чай с сахаром	2,23	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	2,09	1\28	6.3.5.3/2008	1,85	0,34	9,35	48,72
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>							
Чай с молоком	5,25	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40
Куры отварные (филе)	36,41	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	10,74	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00

Зав. производством