

Меню на "10" октября 2024 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
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с сыром	23,36	25\30	90\2003	7,04	6,42	18,26	162,56
Каша гречневая вязкая на молоке	31,50	1\260	104\2009	10,32	10,67	45,67	320,02
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	2,92	1\33	6.3.5.3\2008	2,18	0,40	11,02	57,42
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						

<b>Обед</b>							
Винегрет овощной	10,84	1\100	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Борщ из свежей капусты с картофелем	8,39	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Тефтели из птицы с соусом	44,70	1\150	219\2003	44,10	20,90	33,43	340,00
Рис припущенный	15,61	1\180	449\2003	4,43	5,81	45,02	255,60
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,90	1\22	6.3.5.3\2008	1,45	0,26	7,35	38,28
Батон нарезной	1,34	1\10	6.1.3.2.2\2008	0,76	0,28	5,14	26,20
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</b>						

**Свободный выбор**

Винегрет овощной	6,50	1\60	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	10,60	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Тефтели из птицы с соусом	55,38	90\40	219\2003	38,22	18,11	28,98	294,67
Рис припущенный	13,01	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	69,64	1\60	495\2004	29,20	6,80	0,50	186,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	33,35	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00

**В том числе диетические блюда**

Куры отварные (филе)	48,54	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша гречневая вязкая на молоке	30,03	200\10	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель  
 Бухгалтер




О.Б. Шептунова  
 А.В. Андреева

**Меню на "10" октября 2024 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
<b>Завтрак</b>							
Каша гречневая вязкая на молоке	30,03	200\10	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17
Сыр Российский	19,33	1\25	1.6.1.8\2008	5,80	7,38	0,00	91,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Омлет натуральный	37,82	1\120	301\2013	10,34	16,06	2,77	195,69
Хлеб ржаной	3,57	1\40	6.3.5.3\2008	2,64	0,48	13,36	69,60
Батон нарезной	4,47	1\34	6.1.3.2.2\2008	2,58	0,95	17,48	89,08
<b>Итого:</b>	<b>97,44</b>						
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной	6,50	1\60	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	10,60	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Тефтели из птицы с соусом	55,38	90\40	219\2003	38,22	18,11	28,98	294,67
Рис припущенный	13,01	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00
Кисель	6,06	1\180	274\2009	1,22	0,00	26,12	104,57
Хлеб ржаной	3,57	1\40	6.3.5.3\2008	2,64	0,48	13,36	69,60
Батон нарезной	2,32	1\18	6.1.3.2.2\2008	1,37	0,50	9,25	47,16
<b>Итого:</b>	<b>97,44</b>						
<b>Всего:</b>	<b>194,88</b>						
<b>Свободный выбор</b>							
Винегрет овощной	6,50	1\60	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	10,60	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Тефтели из птицы с соусом	55,38	90\40	219\2003	38,22	18,11	28,98	294,67
Рис припущенный	13,01	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	33,35	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	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)	48,54	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша гречневая вязкая на молоке	30,03	200\10	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель  
Бухгалтер

*Шептунова*  
*Андреева*

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева



**Меню на "10" октября 2024 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
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с сыром	23,36	25\30	90\2003	7,04	6,42	18,26	162,56
Каша гречневая вязкая на молоке	31,50	1\260	104\2009	10,32	10,67	45,67	320,02
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	2,92	1\33	6.3.5.3\2008	2,18	0,40	11,02	57,42
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной	10,84	1\100	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Борщ из свежей капусты с картофелем	8,39	1\250	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Тефтели из птицы с соусом	44,70	1\150	219\2003	44,10	20,90	33,43	340,00
Рис припущенный	15,61	1\180	449\2003	4,43	5,81	45,02	255,60
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,90	1\22	6.3.5.3\2008	1,45	0,26	7,35	38,28
Батон нарезной	1,34	1\10	6.1.3.2.2\2008	0,76	0,28	5,14	26,20
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</b>						

**Свободный выбор**

Винегрет овощной	6,50	1\60	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	10,60	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Тефтели из птицы с соусом	55,38	90\40	219\2003	38,22	18,11	28,98	294,67
Рис припущенный	13,01	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	69,64	1\60	495\2004	29,20	6,80	0,50	186,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	33,35	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00

**В том числе диетические блюда**

Куры отварные (филе)	48,54	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша гречневая вязкая на молоке	30,03	200\10	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17

Зав. производством

Индивидуальный  
 предприниматель  
 Бухгалтер



О.Б. Шептунова  
 А.В. Андреева