

**Меню на "15" октября 2024 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	32,50	1\80	313\2013	12,80	13,44	12,75	226,67
Чай с сахаром и лимоном	4,10	180\13,5\6	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Каша манная молочная	16,55	1\250	328\2003	7,45	14,75	38,78	317,50
Бутерброд с джемом из абрикосов	4,94	10\20	85\2003	1,45	0,54	17,22	79,20
Хлеб ржаной	1,91	1\22	6.3.5.3/2008	1,45	0,26	7,35	38,28
<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
Ежики	48,19	1\100	157\2\2003	13,02	17,48	13,37	265,00
Макаронные изделия отварные	13,25	1\180	447\2003	6,57	5,98	41,85	253,80
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	2,11	1\24	6.3.5.3/2008	1,58	0,29	8,02	41,76
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</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
Котлеты рубленые из птицы	63,18	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Макаронные изделия отварные	11,04	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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>							
Каша геркулесовая	36,01	200\15	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Запеканка из творога	50,79	1\125	313\2013	20,00	21,00	19,92	354,17
Куры отварные (филе)	48,54	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	15,61	1\180	449\2003	4,43	5,81	45,02	255,60

Зав. производством

*Д*

Индивидуальный предприниматель  
 Бухгалтер

*Шептунова*  
*А.В. Андреева*

О.Б. Шептунова  
 А.В. Андреева

**Меню на "15" октября 2024 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>							
Запеканка из творога	50,79	1\125	313\2013	20,00	21,00	19,92	354,17
Чай с сахаром и лимоном	4,10	180\13,5\6	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Каша геркулесовая	36,01	200\15	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Бутерброд с джемом из абрикосов	4,27	10\15	85\2003	1,21	0,45	14,35	66,00
Хлеб ржаной	2,27	1\26	6.3.5.3/2008	1,72	0,31	8,68	45,24
<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
Котлеты рубленые из птицы	63,18	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Макаронные изделия отварные	11,04	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Чай с сахаром	2,22	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,89	1\22	6.3.5.3/2008	1,45	0,26	7,35	38,28
Батон	2,01	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
<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
Котлеты рубленые из птицы	63,18	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Макаронные изделия отварные	11,04	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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>							
Каша геркулесовая	36,01	200\15	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Запеканка из творога	50,79	1\125	313\2013	20,00	21,00	19,92	354,17
Куры отварные (филе)	48,54	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	15,61	1\180	449\2003	4,43	5,81	45,02	255,60

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель  
Бухгалтер

*Шептунова*  
*А.В. Андреева*

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева



## Меню на "15" октября 2024 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>							
Запеканка из творога	32,50	1\80	313\2013	12,80	13,44	12,75	226,67
Чай с сахаром и лимоном	4,10	180\13,5\6	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Каша манная молочная	16,55	1\250	328\2003	7,45	14,75	38,78	317,50
Бутерброд с джемом из абрикосов	4,94	10\20	85\2003	1,45	0,54	17,22	79,20
Хлеб ржаной	1,91	1\22	6.3.5.3/2008	1,45	0,26	7,35	38,28
<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
Ежики	48,19	1\100	157\2\2003	13,02	17,48	13,37	265,00
Макаронные изделия отварные	13,25	1\180	447\2003	6,57	5,98	41,85	253,80
Чай с сахаром	2,22	1\180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	2,11	1\24	6.3.5.3/2008	1,58	0,29	8,02	41,76
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</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
Котлеты рубленые из птицы	63,18	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Макаронные изделия отварные	11,04	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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>							
Каша геркулесовая	36,01	200\15	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Запеканка из творога	50,79	1\125	313\2013	20,00	21,00	19,92	354,17
Куры отварные (филе)	48,54	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	15,61	1\180	449\2003	4,43	5,81	45,02	255,60

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель  
 Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
 А.В. Андреева