

Меню на "1" октября 2025 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Чай с сахаром	2,56	1\200	434\2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Сыр	20,88	1\15	1.6.1.8\2008	3,48	4,43	0,00	54,60
Суп молочный с крупой пшено	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Сок фруктовый 0,2 л	36,25	1 шт	11.1.1.16\08	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	0,40	1\10	6.3.5.3\2008	0,66	0,12	3,34	17,40
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	92,00						

Обед							
Салат из свежих помидоров	19,07	1\100	61\2003	1,08	8,47	4,60	100,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,27	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	111,00
Жаркое с курицей	96,83	1\260	158\2\2003	27,01	9,42	26,67	304,57
Компот из свежих плодов или ягод	11,41	1\200	282\2009	0,16	0,00	14,99	80,64
Хлеб ржаной	4,11	1\41	6.3.5.3\2008	2,71	0,49	13,69	71,34
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						

Свободный выбор							
Суп молочный с крупой пшено	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,27	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	112,00
Жаркое с курицей	66,20	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	11,44	1\60	61\2003	0,65	5,08	2,76	60,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	35,82	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
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

Компот из свежих плодов или ягод	11,41	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	80,64
Куры отварные (филе)	57,93	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	13,55	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Исключительный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Утверждаю

Директор школы

Меню на "1" октября 2025 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Чай с сахаром	2,30	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Суп молочный с крупой пшено	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Сыр российский	26,44	1\19	1.6.1.8\2008	4,41	5,61	0,00	69,16
Сок фруктовый 0,2 л	36,25	1 шт	11.1.1.16\08	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	2,85	1\29	6.3.5.3\2008	1,85	0,34	9,35	48,72
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2.\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	99,76						
Обед							
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	11,44	1\60	61\2003	0,65	5,08	2,76	60,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,27	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	112,00
Жаркое с курицей	66,20	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Компот из свежих плодов или ягод	10,31	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Хлеб ржаной	4,45	1\44	6.3.5.3\2008	2,90	0,53	14,70	76,56
Батон нарезной	3,09	1\20	6.1.3.2.2.\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	99,76						
Всего:	199,52						
Свободный выбор							
Суп молочный с крупой пшено	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,27	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	112,00
Жаркое с курицей	66,20	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	11,44	1\60	61\2003	0,65	5,08	2,76	60,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	35,82	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
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							
Компот из свежих плодов или ягод	10,31	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Куры отварные (филе)	57,93	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	13,55	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель

Бухгалтер

О.Б. Шептунова

А.В. Андреевич

Меню на "1" октября 2025 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
Завтрак							
Чай с сахаром	2,56	1\200	434\2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Сыр	20,88	1\15	1.6.1.8\2008	3,48	4,43	0,00	54,60
Суп молочный с крупой пшено	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Сок фруктовый 0,2 л	36,25	1 шт	11.1.1.16\08	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	0,40	1\10	6.3.5.3\2008	0,66	0,12	3,34	17,40
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	92,00						

Обед

Салат из свежих помидоров	19,07	1\100	61\2003	1,08	8,47	4,60	100,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,27	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	111,00
Жаркое с курицей	96,83	1\260	158\2\2003	27,01	9,42	26,67	304,57
Компот из свежих плодов или ягод	11,41	1\200	282\2009	0,16	0,00	14,99	80,64
Хлеб ржаной	4,11	1\41	6.3.5.3\2008	2,71	0,49	13,69	71,34
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						

Свободный выбор

Суп молочный с крупой пшено	29,60	1\250	130\2003	5,81	6,31	21,68	167,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,27	1\250	106\2003	2,78	4,94	13,62	112,00
Жаркое с курицей	66,20	1\200	158\2\2003	20,78	7,25	20,51	341,00
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	11,44	1\60	61\2003	0,65	5,08	2,76	60,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кеке Московский 70 гр	35,82	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Кеке 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

Компот из свежих плодов или ягод	11,41	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	80,64
Куры отварные (филе)	57,93	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	13,55	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева