

Утверждаю

Директор школы

Меню на "14" октября 2025 года

ИП Шептунова О.Б. Столовая при МБОУ СОШ № 68/1

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	Лк в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод	Эн. Ценно
Завтрак							
Макаронные изделия запеченные с сыром	56,55	1\290	296\2013	13,01	10,19	55,17	364,98
Какао с молоком	22,15	1\200	270\2009	4,85	5,04	32,73	195,71
Бутерброд с джемом из абрикосов	9,91	20\35	85\2003	2,65	0,99	31,57	145,20
Хлеб ржаной	3,40	1\34	6.3.5.3/2008	2,24	0,41	11,36	59,16
Итого:	92,00						
Обед							
Салат "Школьные годы"	20,21	1\100	38\2003	1,18	5,12	3,52	65,00
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной и курицей	28,33	250\5\15	96\2003	5,66	8,49	13,01	152,00
Котлеты рубленые из птицы	68,24	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Соус красный основной	1,09	1\25	455\2003	0,20	0,43	1,56	10,93
Каша гречневая рассыпчатая	16,26	1\180	445\2003	10,49	7,94	51,68	334,80
Чай с сахаром	2,30	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,56	1\16	6.3.5.3/2008	1,06	0,19	5,34	27,84
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						
Свободный выбор							
Салат "Школьные годы"	12,12	1\60	38\2003	0,71	3,07	2,11	39,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	6,55	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рубленые из птицы	61,42	1\90	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кеке Лимонный 75 гр	37,41	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	39,15	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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							
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

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "14" октября 2025 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод	Эн. Ценно
Завтрак							
Макаронные изделия запеченные с сыром	39,83	1\205	296\2013	9,20	7,20	39,00	258,00
Какао с молоком	22,15	1\200	270\2009	4,85	5,04	32,73	195,71
Бутерброд с джемом из абрикосов	6,88	10\30	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Яблоко	28,42	1 шт	9.1.2.6\2008	0,56	0,56	13,72	65,80
Хлеб ржаной	2,48	1\25	6.3.5.3\2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Итого:	99,76						
Обед							
Салат "Школьные годы"	12,12	1\60	38\2003	0,71	3,07	2,11	39,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	6,55	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рубленые из птицы	61,42	1\90	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Соус красный основной	1,09	1\25	455\2003	0,20	0,43	1,56	10,93
Каша гречневая рассыпчатая	13,55	1\150	445\2003	8,75	6,62	43,07	279,00
Чай с сахаром	2,30	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,03	1\10	6.3.5.3\2008	0,66	0,12	3,34	17,40
Батон	1,70	1\12	6.1.3.2.2\2008	0,91	0,34	6,17	31,44
Итого:	99,76						
Всего:	199,52						
Свободный выбор							
Салат "Школьные годы"	12,12	1\60	38\2003	0,71	3,07	2,11	39,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	6,55	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рубленые из птицы	61,42	1\90	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Лимонный 75 гр	37,41	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	39,15	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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							
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

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "14" октября 2025 года

Российская Федерация
г. Пенза
Индивидуальный предприниматель
Шептунова Ольга Борисовна
ОГРНИП 314583500029332
ИНН 583512165142

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Макаронные изделия запеченные с сыром	56,55	1\290	296\2013	13,01	10,19	55,17	364,98
Какао с молоком	22,15	1\200	270\2009	4,85	5,04	32,73	195,71
Бутерброд с джемом из абрикосов	9,91	20\35	85\2003	2,65	0,99	31,57	145,20
Хлеб ржаной	3,40	1\34	6.3.5.3/2008	2,24	0,41	11,36	59,16
Итого:	92,00						
Обед							
Салат "Школьные годы"	20,21	1\100	38\2003	1,18	5,12	3,52	65,00
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной и курицей	28,33	250\5\15	96\2003	5,66	8,49	13,01	152,00
Котлеты рубленые из птицы	68,24	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Соус красный основной	1,09	1\25	455\2003	0,20	0,43	1,56	10,93
Каша гречневая рассыпчатая	16,26	1\180	445\2003	10,49	7,94	51,68	334,80
Чай с сахаром	2,30	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,56	1\16	6.3.5.3/2008	1,06	0,19	5,34	27,84
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						
Свободный выбор							
Салат "Школьные годы"	12,12	1\60	38\2003	0,71	3,07	2,11	39,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	6,55	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рубленые из птицы	61,42	1\90	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Пряник Шоколадный 35 гр	12,91	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Лимонный 75 гр	37,41	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	39,15	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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							
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