

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "16" сентября 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 |
|--|---------------|-----------|-----------------------|-------|-------|-----------|---------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | 60,00 | | | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | 85,00 | | | | | | |
| Всего: | 145,00 | | | | | | |
| Свободный выбор | | | | | | | |
| Каша вязкая молочная пшеничная | 21,29 | 200\10 | 323/2003 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 |
| 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 |
| Салат "Школьные годы" | 12,13 | 1\100 | 38\2003 | 1,18 | 5,12 | 3,52 | 65,00 |
| Салат из свежих помидоров | 13,78 | 1\100 | 59\2003 | 0,73 | 8,42 | 2,40 | 88,33 |
| 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 | 12,35 | 1\150 | 443\2003 | 3,24 | 5,60 | 22,05 | 156,00 |
| 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 |
| В том числе диетические блюда | | | | | | | |
| 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

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

| Наименование | Цена, руб | Выход, гр | № в сборнике рецептур | Белки | Жиры | Углевод ы | Эн. Ценно сть |
|--|---------------|-----------|-----------------------|-------|-------|-----------|---------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| Сыр "Российский" | 8,35 | 1\12 | 1.6.1.8\2008 | 2,78 | 3,54 | 0,00 | 43,68 |
| Каша вязкая молочная пшеничная | 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 |
| Итого: | 82,07 | | | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | 82,07 | | | | | | |
| Всего: | 164,14 | | | | | | |
| Свободный выбор | | | | | | | |
| 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 |
| В том числе диетические блюда | | | | | | | |
| 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

Индивидуальный предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шелтунова
А.В. Андреева