

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

| Наименование                                               | Цена, руб     | Выход, гр | № в сборнике рецептов | Белки | Жиры  | Углевод<br>ы | Эн.<br>Ценно<br>сть |
|------------------------------------------------------------|---------------|-----------|-----------------------|-------|-------|--------------|---------------------|
| <b>Завтрак</b>                                             |               |           |                       |       |       |              |                     |
| Каша молочная рисовая жидкая                               | 16,70         | 1\200     | 330\2003              | 4,98  | 11,80 | 32,14        | 256,00              |
| Какао с молоком                                            | 19,93         | 1\180     | 270\2009              | 4,37  | 4,54  | 29,46        | 176,14              |
| Пюре фруктовое                                             | 36,25         | 1 шт      | 2008                  | 0,00  | 0,00  | 13,75        | 55,00               |
| Пряник Шоколадный 35 гр                                    | 12,91         | 1 шт      | табл                  | 1,72  | 0,96  | 27,16        | 117,6               |
| Батон нарезной                                             | 2,31          | 1\15      | 6.1.3.2.2\2008        | 1,14  | 0,42  | 7,71         | 39,30               |
| Хлеб ржаной                                                | 3,90          | 1\39      | 6.3.5.3\2008          | 2,57  | 0,47  | 13,03        | 67,86               |
| <b>Итого:</b>                                              | <b>92,00</b>  |           |                       |       |       |              |                     |
| <b>Обед</b>                                                |               |           |                       |       |       |              |                     |
| Салат "Мазайка"                                            | 18,46         | 1\100     | 24\2003               | 1,50  | 8,55  | 9,07         | 121,67              |
| Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с курицей | 29,32         | 250\10\15 | 96\2003               | 5,11  | 6,45  | 13,12        | 131,40              |
| Тефтели из птицы с соусом                                  | 63,75         | 1\150     | 219\2003              | 44,10 | 20,90 | 33,43        | 340,00              |
| Макаронные изделия отварные                                | 14,39         | 1\180     | 447\2003              | 6,57  | 5,98  | 41,85        | 253,80              |
| Кисель                                                     | 4,87          | 1\180     | 274\2009              | 1,22  | 0,00  | 26,12        | 104,57              |
| Хлеб ржаной                                                | 4,90          | 1\49      | 6.3.5.3\2008          | 0,99  | 0,18  | 5,01         | 26,10               |
| Батон нарезной                                             | 2,31          | 1\15      | 6.1.3.2.2\2008        | 1,14  | 0,42  | 7,71         | 39,30               |
| <b>Итого:</b>                                              | <b>138,00</b> |           |                       |       |       |              |                     |
| <b>Всего:</b>                                              | <b>229,99</b> |           |                       |       |       |              |                     |
| <b>Свободный выбор</b>                                     |               |           |                       |       |       |              |                     |
| Салат из квашеной капусты с луком                          | 13,49         | 1\100     | 7\2009                | 1,60  | 10,00 | 3,58         | 110,60              |
| Салат "Мазайка"                                            | 11,07         | 1\60      | 24\2003               | 0,90  | 5,13  | 5,44         | 73,00               |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной           | 10,22         | 250\5     | 96\2003               | 2,06  | 5,27  | 13,01        | 108,00              |
| Тефтели из птицы с соусом                                  | 56,95         | 1\130     | 219\2003              | 38,22 | 18,11 | 28,98        | 294,67              |
| Макаронные изделия отварные                                | 11,99         | 1\150     | 447\2003              | 5,48  | 4,98  | 34,88        | 211,50              |
| Пряник Шоколадный 35 гр                                    | 12,91         | 1 шт      | табл                  | 1,72  | 0,96  | 27,16        | 117,6               |
| Круассан                                                   | 39,15         | 1 шт      | таб                   | 9,9   | 19,6  | 65,1         | 462                 |
| Кеке Лимонный 75 гр                                        | 37,41         | 1 шт      | табл                  | 5,25  | 12,57 | 41,7         | 275,25              |
| Сок фруктовый 0,2л                                         | 36,25         | 1 шт      | 11.1.1.15\2008        | 0,6   | 0,4   | 32,6         | 140                 |
| <b>В том числе диетические блюда</b>                       |               |           |                       |       |       |              |                     |
| Каша молочная рисовая жидкая                               | 22,12         | 1\190     | 330\2003              | 4,61  | 10,92 | 29,73        | 236,80              |
| Куры отварные (филе)                                       | 54,60         | 1\50      | 207\2003              | 15,28 | 5,90  | 0,56         | 117,00              |
| Рис припущенный                                            | 14,31         | 1\150     | 449\2003              | 3,69  | 4,85  | 37,52        | 213,00              |

Зав. производством

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
А.Б. Андреева

Утверждаю

Директор школы

Индивидуальный предприниматель  
Шептунова Ольга Грозовна  
ИНН 50/0512105142

# Меню на "12" сентября 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 |
|--------------------------------------------------|---------------|-----------|-----------------------|-------|-------|-----------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                                   |               |           |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая жидкая                     | 22,12         | 1\190     | 330\2003              | 4,61  | 10,92 | 29,73     | 236,80        |
| Какао с молоком                                  | 19,93         | 1\180     | 270\2009              | 4,37  | 4,54  | 29,46     | 176,14        |
| Пряник Шоколадный 35 гр                          | 12,91         | 1 шт      | табл                  | 1,72  | 0,96  | 27,16     | 117,6         |
| Пюре фруктовое                                   | 36,25         | 1 шт      | 2008                  | 0,00  | 0,00  | 13,75     | 55,00         |
| Батон нарезной                                   | 3,86          | 1\25      | 6.1.3.2.2\2008        | 1,90  | 0,70  | 12,85     | 65,50         |
| Хлеб ржаной                                      | 4,70          | 1\47      | 6.3.5.3\2008          | 3,04  | 0,55  | 15,36     | 80,04         |
| <b>Итого:</b>                                    | <b>99,76</b>  |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Обед</b>                                      |               |           |                       |       |       |           |               |
| Салат "Мазайка"                                  | 11,07         | 1\60      | 24\2003               | 0,90  | 5,13  | 5,44      | 73,00         |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 10,22         | 250\5     | 96\2003               | 2,06  | 5,27  | 13,01     | 108,00        |
| Тефтели из птицы с соусом                        | 56,95         | 1\130     | 219\2003              | 38,22 | 18,11 | 28,98     | 294,67        |
| Макаронные изделия отварные                      | 11,99         | 1\150     | 447\2003              | 5,48  | 4,98  | 34,88     | 211,50        |
| Кисель                                           | 4,87          | 1\180     | 274\2009              | 1,22  | 0,00  | 26,12     | 104,57        |
| Хлеб ржаной                                      | 2,35          | 1\24      | 6.3.5.3\2008          | 1,52  | 0,28  | 7,68      | 40,02         |
| Батон нарезной                                   | 2,31          | 1\15      | 6.1.3.2.2\2008        | 1,14  | 0,42  | 7,71      | 39,30         |
| <b>Итого:</b>                                    | <b>99,76</b>  |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Всего:</b>                                    | <b>199,52</b> |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Свободный выбор</b>                           |               |           |                       |       |       |           |               |
| Салат из квашеной капусты с луком                | 13,49         | 1\100     | 7\2009                | 1,60  | 10,00 | 3,58      | 110,60        |
| Салат "Мазайка"                                  | 11,07         | 1\60      | 24\2003               | 0,90  | 5,13  | 5,44      | 73,00         |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 10,22         | 250\5     | 96\2003               | 2,06  | 5,27  | 13,01     | 108,00        |
| Тефтели из птицы с соусом                        | 56,95         | 1\130     | 219\2003              | 38,22 | 18,11 | 28,98     | 294,67        |
| Макаронные изделия отварные                      | 11,99         | 1\150     | 447\2003              | 5,48  | 4,98  | 34,88     | 211,50        |
| Пряник Шоколадный 35 гр                          | 12,91         | 1 шт      | табл                  | 1,72  | 0,96  | 27,16     | 117,6         |
| Круассан                                         | 39,15         | 1 шт      | таб                   | 9,9   | 19,6  | 65,1      | 462           |
| Кекс Лимонный 75 гр                              | 37,41         | 1 шт      | табл                  | 5,25  | 12,57 | 41,7      | 275,25        |
| Сок фруктовый 0,2л                               | 36,25         | 1 шт      | 11.1.1.15\2008        | 0,6   | 0,4   | 32,6      | 140           |
| <b>В том числе диетические блюда</b>             |               |           |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая жидкая                     | 22,12         | 1\190     | 330\2003              | 4,61  | 10,92 | 29,73     | 236,80        |
| Куры отварные (филе)                             | 54,60         | 1\50      | 207\2003              | 15,28 | 5,90  | 0,56      | 117,00        |
| Рис припущенный                                  | 14,31         | 1\150     | 449\2003              | 3,69  | 4,85  | 37,52     | 213,00        |

Зав. производством

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева



# Меню на "12" сентября 2025года

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 молочная рисовая жидкая                               | 16,70         | 1\200     | 330\2003              | 4,98  | 11,80 | 32,14     | 256,00        |
| Какао с молоком                                            | 19,93         | 1\180     | 270\2009              | 4,37  | 4,54  | 29,46     | 176,14        |
| Пюре фруктовое                                             | 36,25         | 1 шт      | 2008                  | 0,00  | 0,00  | 13,75     | 55,00         |
| Пряник Шоколадный 35 гр                                    | 12,91         | 1 шт      | табл                  | 1,72  | 0,96  | 27,16     | 117,6         |
| Батон нарезной                                             | 2,31          | 1\15      | 6.1.3.2.2\2008        | 1,14  | 0,42  | 7,71      | 39,30         |
| Хлеб ржаной                                                | 3,90          | 1\39      | 6.3.5.3\2008          | 2,57  | 0,47  | 13,03     | 67,86         |
| <b>Итого:</b>                                              | <b>92,00</b>  |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Обед</b>                                                |               |           |                       |       |       |           |               |
| Салат "Мазайка"                                            | 18,46         | 1\100     | 24\2003               | 1,50  | 8,55  | 9,07      | 121,67        |
| Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с курицей | 29,32         | 250\10\15 | 96\2003               | 5,11  | 6,45  | 13,12     | 131,40        |
| Тефтели из птицы с соусом                                  | 63,75         | 1\150     | 219\2003              | 44,10 | 20,90 | 33,43     | 340,00        |
| Макаронные изделия отварные                                | 14,39         | 1\180     | 447\2003              | 6,57  | 5,98  | 41,85     | 253,80        |
| Кисель                                                     | 4,87          | 1\180     | 274\2009              | 1,22  | 0,00  | 26,12     | 104,57        |
| Хлеб ржаной                                                | 4,90          | 1\49      | 6.3.5.3\2008          | 0,99  | 0,18  | 5,01      | 26,10         |
| Батон нарезной                                             | 2,31          | 1\15      | 6.1.3.2.2\2008        | 1,14  | 0,42  | 7,71      | 39,30         |
| <b>Итого:</b>                                              | <b>138,00</b> |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Всего:</b>                                              | <b>229,99</b> |           |                       |       |       |           |               |
| <b>Свободный выбор</b>                                     |               |           |                       |       |       |           |               |
| Салат из квашеной капусты с луком                          | 13,49         | 1\100     | 7\2009                | 1,60  | 10,00 | 3,58      | 110,60        |
| Салат "Мазайка"                                            | 11,07         | 1\60      | 24\2003               | 0,90  | 5,13  | 5,44      | 73,00         |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной           | 10,22         | 250\5     | 96\2003               | 2,06  | 5,27  | 13,01     | 108,00        |
| Тефтели из птицы с соусом                                  | 56,95         | 1\130     | 219\2003              | 38,22 | 18,11 | 28,98     | 294,67        |
| Макаронные изделия отварные                                | 11,99         | 1\150     | 447\2003              | 5,48  | 4,98  | 34,88     | 211,50        |
| Пряник Шоколадный 35 гр                                    | 12,91         | 1 шт      | табл                  | 1,72  | 0,96  | 27,16     | 117,6         |
| Круассан                                                   | 39,15         | 1 шт      | таб                   | 9,9   | 19,6  | 65,1      | 462           |
| Кекс Лимонный 75 гр                                        | 37,41         | 1 шт      | табл                  | 5,25  | 12,57 | 41,7      | 275,25        |
| Сок фруктовый 0,2л                                         | 36,25         | 1 шт      | 11.1.1.15\2008        | 0,6   | 0,4   | 32,6      | 140           |
| <b>В том числе диетические блюда</b>                       |               |           |                       |       |       |           |               |
| Каша молочная рисовая жидкая                               | 22,12         | 1\190     | 330\2003              | 4,61  | 10,92 | 29,73     | 236,80        |
| Куры отварные (филе)                                       | 54,60         | 1\50      | 207\2003              | 15,28 | 5,90  | 0,56      | 117,00        |
| Рис припущенный                                            | 14,31         | 1\150     | 449\2003              | 3,69  | 4,85  | 37,52     | 213,00        |

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель  
Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева