

Меню на "24" сентября 2025 года

ИП Щегунова О.Б. столовая при МБОУ СОШ № 68/1

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. Ценность
Завтрак							
Запеканка из творога	40,81	1\105	313/2009	16,80	17,64	16,73	297,50
Чай с сахаром	2,56	1\200	433/2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Каша манная молочная	36,78	1\245	328\2003	6,85	13,57	35,67	292,10
Бутерброд с джемом из абрикосов	7,24	15\25	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	4,61	1\46	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Итого:	92,00						
Обед							
Салат из свежих помидоров и огурцов	21,89	1\100	19\2022	1,10	6,11	4,56	77,00
Суп-лапша "Домашняя" с курицей	16,31	250\10	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	72,77	1\120	230\2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	20,85	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Чай с сахаром и лимоном	4,18	180\15\7	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Хлеб ржаной	1,99	1\20	6.3.5.3/2008	1,32	0,24	6,68	34,80
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						
Свободный выбор							
Салат из свежих огурцов и помидоров	13,13	1\60	19\2022	1,10	6,11	4,56	77,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,27	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	56,31	1\110	230\2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	17,38	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Макароны отварные	12,36	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 0,2 л	36,25	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Каша манная молочная	27,92	1\210	328\2003	5,96	11,80	31,02	254,00
Куры отварные (филе)	57,93	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	6,44	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
Бухалтсва

D. S. WENTHROP
A. R. DAVIDSON

Меню на "24" сентября 2025 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. Ценность
Завтрак							
Запеканка творожная	34,42	1140	313/2009	22,40	23,52	22,31	396,67
Чай с сахаром	2,00	1180	433/2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша манная молочная	27,92	1210	328/2003	5,96	11,80	31,02	254,00
Бутерброд с сыром и абрикосов	9,91	2035	83/2003	2,65	0,99	31,57	145,20
Хлеб ржаной	5,21	152	6.3.5.3/2008	3,37	0,61	17,03	88,74
Итого:	99,76						
Обед							
Салат из свежих огурцов и помидоров	13,13	160	19/2022	1,10	6,11	4,56	77,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,27	1250	45/2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	56,31	1110	230/2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	17,38	1150	443/2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Чай с сахаром и лимоном	4,18	180/1517	434/2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Хлеб ржаной	2,18	127	6.3.5.3/2008	1,45	0,26	7,35	38,28
Батон	2,31	115	6.1.3.2.2/2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	99,76						
Всего:	199,53						
Свободный выбор							
Салат из свежих огурцов и помидоров	13,13	160	19/2022	1,10	6,11	4,56	77,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,27	1250	45/2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	56,31	1110	230/2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	17,38	1150	443/2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Макароны отварные	12,36	1180	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	19,15	1 шт	табл	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 0,2 л	76,25	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Каша манная молочная	27,92	1210	328/2003	5,96	11,80	31,02	254,00
Куры отварные (филе)	57,93	150	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	6,44	1180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Утверждаю

Директор школы

Меню на "24" сентября 2025 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
Завтрак							
Запеканка из творога	40,81	1\105	313/2009	16,80	17,64	16,73	297,50
Чай с сахаром	2,56	1\200	433/2003	0,20	0,05	15,01	57,00
Каша манная молочная	36,78	1\245	328\2003	6,85	13,57	35,67	292,10
Бутерброд с джемом из абрикосов	7,24	15\25	85\2003	1,93	0,72	22,96	105,60
Хлеб ржаной	4,61	1\46	6.3.5.3/2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Итого:	92,00						
Обед							
Салат из свежих помидоров и огурцов	21,89	1\100	19\2022	1,10	6,11	4,56	77,00
Суп-лапша "Домашняя" с курицей	16,31	250\10	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	72,77	1\120	230\2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	20,85	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Чай с сахаром и лимоном	4,18	180\15\7	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Хлеб ржаной	1,99	1\20	6.3.5.3/2008	1,32	0,24	6,68	34,80
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						
Свободный выбор							
Салат из свежих огурцов и помидоров	13,13	1\60	19\2022	1,10	6,11	4,56	77,00
Суп-лапша "Домашняя"	4,27	1\250	45\2009	2,78	4,94	13,62	111,00
Рыба запеченная с морковью	56,31	1\110	230\2003	15,47	12,18	5,76	195,00
Картофельное пюре	17,38	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Макароны отварные	12,36	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 0,2 л	36,25	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Каша манная молочная	27,92	1\210	328\2003	5,96	11,80	31,02	254,00
Куры отварные (филе)	57,93	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с молоком	6,44	1\180	431/2003	1,39	1,47	8,42	50,40

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
БухгалтерО.Б. Шептунова
А.В. Андреева