

# Меню на "03" февраля 2023 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
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная рисовая жидкая	25,17	220\11	330\2003	5,48	12,98	35,35	281,60
Какао с молоком	18,40	1\180	270\2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Салат из моркови с изюмом	9,54	1\100	13\2009	1,22	0,08	24,10	93,87
Батон нарезной	4,02	1\35	6.1.3.2.2\2008	2,66	0,98	17,99	91,70
Хлеб ржаной	2,87	1\39	6.3.5.3\2008	2,57	0,47	13,03	67,86
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной	9,76	1\100	2\2003	1,23	10,11	7,46	126,70
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	11,95	250\8	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Курица в соусе с томатом (филе)	47,54	1\100	210\2009	28,75	34,69	4,54	445,24
Макаронные изделия отварные	10,13	1\180	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Чай с сахаром	2,23	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	2,24	1\30	6.3.5.3\2008	1,98	0,36	10,02	52,20
Батон нарезной	1,15	1\10	6.1.3.2.2\2008	0,76	0,28	5,14	26,20
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</b>						
<b>Свободный выбор</b>							
Винегрет овощной	5,85	1\60	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Салат из моркови с изюмом	9,54	1\100	13\2009	1,22	0,08	24,10	93,87
Салат из свежих огурцов	32,86	1\100	59\2003	0,73	8,42	2,40	88,33
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	11,95	250\8	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Курица в соусе с томатом (филе)	46,45	1\95	210\2009	27,31	32,96	4,31	422,98
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	52,24	1\60	495\2004	35,04	8,16	0,60	223,20
Биточки рубленые из птицы	47,90	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Картофельное пюре	15,03	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
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
Круассан	30,6	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	26,1	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
<b>В том числе диетические блюда</b>							
Каша молочная рисовая жидкая	18,30	160\8	330\2003	3,98	9,44	25,71	204,80
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

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер



О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева



# Меню на "3" февраля 2023 года

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

Индивидуальный предприниматель  
Шептунова Ольга Бориславовна  
ГРНИП 318583300020332

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная рисовая жидкая	18,30	160\8	330\2003	3,98	9,44	25,71	204,80
Какао с молоком	18,40	1\180	270\2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Бутерброд с маслом	11,57	10\25	88\2003	1,65	6,41	10,51	107,10
Апельсин	37,70	1\200	9.1.4.1\2008	1,80	0,40	16,20	86,00
Хлеб ржаной	2,91	1\40	6.3.5.3\2008	2,64	0,48	13,36	69,60
<b>Итого:</b>	<b>88,88</b>						
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной	5,85	1\60	2\2003	1,23	10,12	7,47	126,67
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	11,95	250\8	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Курица в соусе с томатом (филе)	46,45	1\95	210\2009	27,31	32,96	4,31	422,98
Макаронные изделия отварные	8,44	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Сок	10,44	1\180	11.1.1.16\2008	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб ржаной	3,45	1\47	6.3.5.3\2008	3,04	0,55	15,36	80,04
Батон нарезной	2,30	1\20	6.1.3.2.2\2008	1,52	0,56	10,28	52,40
<b>Итого:</b>	<b>88,88</b>						
<b>Всего:</b>	<b>177,76</b>						
<b>Свободный выбор</b>							
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Круассан	30,6	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	26,1	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
<b>В том числе диетические блюда</b>							
Каша молочная рисовая жидкая	18,30	160\8	330\2003	3,98	9,44	25,71	204,80
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

# Меню на "03" февраля 2023 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
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная рисовая жидкая	25,17	220\11	330\2003	5,48	12,98	35,35	281,60
Какао с молоком	18,40	1\180	270\2009	4,37	4,54	29,46	176,14
Салат из моркови с изюмом	9,54	1\100	13\2009	1,22	0,08	24,10	93,87
Батон нарезной	4,02	1\35	6.1.3.2.2\2008	2,66	0,98	17,99	91,70
Хлеб ржаной	2,87	1\39	6.3.5.3\2008	2,57	0,47	13,03	67,86
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной	9,76	1\100	2\2003	1,23	10,11	7,46	126,70
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	11,95	250\8	96\2003	2,06	5,27	13,01	108,00
Курица в соусе с томатом (филе)	47,54	1\100	210\2009	28,75	34,69	4,54	445,24
Макаронные изделия отварные	10,13	1\180	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Чай с сахаром	2,23	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	2,24	1\30	6.3.5.3\2008	1,98	0,36	10,02	52,20
Батон нарезной	1,15	1\10	6.1.3.2.2\2008	0,76	0,28	5,14	26,20
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</b>						
<b>Свободный выбор</b>							
Пряник Шоколадный 35 гр	11,31	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Круассан	30,6	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	26,1	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
<b>В том числе диетические блюда</b>							
Каша молочная рисовая жидкая	18,30	160\8	330\2003	3,98	9,44	25,71	204,80
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