

## Меню на "10" 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>							
Макаронные изделия, запеченные с сыром	30,87	1\250	296/2013	11,22	8,78	47,56	314,63
Кофейный напиток с молоком	11,59	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Яблоко	15,23	1 шт	9.1.2.6\2008	0,42	0,42	10,29	49,35
Хлеб ржаной	1,16	1\16	6.3.5.3/2008	1,06	0,19	5,34	27,84
Батон нарезной	1,15	1\10	6.1.3.2.2./2008	0,76	0,28	5,14	26,20
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Огурец	33,56	1\100	12\2003	0,80	0,10	2,60	14,00
Щи из свежей капусты с картофелем	6,40	1\250	63\2009	2,09	6,33	10,64	107,83
Курица в соусе с томатом (филе)	39,85	1\100	210/2009	28,75	34,69	4,54	445,24
Картофельное пюре	15,03	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	1,88	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	1,72	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</b>						

### Свободный выбор

Макаронные изделия, запеченные с сыром	25,31	1\205	296/2013	9,20	7,20	39,00	258,00
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	38,03	1\80	210\2009	23,00	27,75	3,63	356,19
Салат "Школьные годы"	23,53	1\100	38\2003	1,18	5,12	3,52	65,00
Салат из свежих помидоров	21,90	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	12,53	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
Круассан	30,6	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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	5,59	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  
Шептунова О.Б.

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева

Утверждаю

Директор школы

**Меню на "10" февраля 2023 года**

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

Российская Федерация  
г. Пенза  
Индивидуальный предприниматель  
Шептунова Ольга Владимировна  
ОГРНИП 316833010376332  
ИНН 5105142



Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
<b>Завтрак</b>							
Макаронные изделия, запеченные с сыром	25,31	1\205	296/2013	9,20	7,20	39,00	258,00
Масло сливочное	8,70	1\10	5.1.5\2003	2,28	0,84	15,42	78,68
Батон нарезной	2,30	1\20	6.1.3.2.2./2008	1,52	0,56	10,28	52,40
Кофейный напиток с молоком	11,59	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Апельсин	37,70	1 шт	9.1.4.1\2008	1,80	0,40	16,20	86,00
Хлеб ржаной	3,28	1\45	6.3.5.3/2008	2,90	0,53	14,70	76,56
<b>Итого:</b>	<b>88,88</b>						

**Обед**

Огурец свежий	20,14	1\60	12\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	38,03	1\80	210\2009	23,00	27,75	3,63	356,19
Картофельное пюре	12,53	1\150	443\2003	3,24	5,60	22,05	156,00
Компот из свежих плодов или ягод (яблоки)	7,76	1\180	282\2009	0,16	0,00	14,99	60,64
Батон нарезной	1,72	1\15	6.1.3.2.\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Хлеб ржаной	1,98	1\27	6.3.5.3\2008	1,78	0,32	9,02	46,98
<b>Итого:</b>	<b>88,88</b>						
<b>Всего к оплате:</b>	<b>177,76</b>						

**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
Круассан	30,6	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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	5,59	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

Утверждаю \_\_\_\_\_ Директор школы

## Меню на "10" 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>							
Макаронные изделия, запеченные с сыром	30,87	1\250	296/2013	11,22	8,78	47,56	314,63
Кофейный напиток с молоком	11,59	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Яблоко	15,23	1 шт	9.1.2.6\2008	0,42	0,42	10,29	49,35
Хлеб ржаной	1,16	1\16	6.3.5.3/2008	1,06	0,19	5,34	27,84
Батон нарезной	1,15	1\10	6.1.3.2.2./2008	0,76	0,28	5,14	26,20
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>						
<b>Обед</b>							
Огурец	33,56	1\100	12\2003	0,80	0,10	2,60	14,00
Щи из свежей капусты с картофелем	6,40	1\250	63\2009	2,09	6,33	10,64	107,83
Курица в соусе с томатом (филе)	39,85	1\100	210/2009	28,75	34,69	4,54	445,24
Картофельное пюре	15,03	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	1,88	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	1,72	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>						
<b>Всего:</b>	<b>145,00</b>						

### 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
Круассан	30,6	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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	5,59	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 Зав. производством	10,74	1\150	449\2003	3,69	4,85	37,52	213,00

Индивидуальный  
предприниматель  
Бухгалтер

О.Б. Шептунова  
А.В. Андреева