

Меню на "16" января 2025 года

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

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Бутерброд с сыром	22,32	22\30	90\2003	6,66	6,07	17,26	153,69
Каша гречневая вязкая на молоке	34,01	200\10	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	4,45	1\44	6.3.5.3\2008	2,90	0,53	14,70	76,56
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого:	92,00						

Обед							
Маринованная капуста	7,94	1\100	81\2004	1,60	10,00	3,58	110,60
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	20,04	250\10	42\2009	5,03	11,30	32,38	149,60
Плов	94,97	1\250	184\2\2003	31,65	11,97	51,33	445,00
Компот из яблок	9,62	1\180	282\2009	0,14	0,00	13,49	54,58
Хлеб ржаной	3,12	1\31	6.3.5.3\2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						

Свободный выбор							
Маринованная капуста	4,76	1\60	81\2004	0,96	6,00	2,15	66,36
Рассольник Ленинградский	8,45	1\200	42\2009	4,02	9,04	25,90	119,68
Плов	70,06	1\180	184\2003	22,79	8,62	36,96	320,40
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	33,35	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00

В том числе диетические блюда							
Куры отварные (филе)	54,61	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша гречневая вязкая на молоке	34,01	200\10	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "16" января 2024 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
Завтрак							
Каша гречневая вязкая на молоке	34,01	200\10	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17
Сыр Российский	17,69	1\22	1.6.1.8\2008	5,10	6,49	0,00	80,08
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Омлет натуральный	38,06	1\90	301\2013	7,75	12,05	2,08	146,77
Хлеб ржаной	4,69	1\46	6.3.5.3\2008	3,04	0,55	15,36	80,04
Батон нарезной	3,09	1\20	6.1.3.2.2\2008	1,52	0,56	10,28	52,40
Итого:	99,76						

Обед							
Маринованная капуста	4,76	1\60	81\2004	0,96	6,00	2,15	66,36
Рассольник Ленинградский	8,45	1\200	42\2009	4,02	9,04	25,90	119,68
Плов	70,06	1\180	184\2003	22,79	8,62	36,96	320,40
Компот из яблок	9,62	1\180	282\2009	0,14	0,00	13,49	54,58
Хлеб ржаной	4,56	1\45	6.3.5.3\2008	2,97	0,54	15,03	78,30
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	99,76						
Всего:	199,52						

Свободный выбор							
Маринованная капуста	4,76	1\60	81\2004	0,96	6,00	2,15	66,36
Рассольник Ленинградский	8,45	1\200	42\2009	4,02	9,04	25,90	119,68
Плов	70,06	1\180	184\2003	22,79	8,62	36,96	320,40
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	33,35	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00

В том числе диетические блюда							
Куры отварные (филе)	54,61	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша гречневая вязкая на молоке	34,01	200\10	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева

Утверждаю _____ Директор школы

Меню на "16" января 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
Завтрак							
Бутерброд с сыром	22,32	22\30	90\2003	6,66	6,07	17,26	153,69
Каша гречневая вязкая на молоке	34,01	200\10	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	4,45	1\44	6.3.5.3\2008	2,90	0,53	14,70	76,56
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого:	92,00						

Обед							
Маринованная капуста	7,94	1\100	81\2004	1,60	10,00	3,58	110,60
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	20,04	250\10	42\2009	5,03	11,30	32,38	149,60
Плов	94,97	1\250	184\2\2003	31,65	11,97	51,33	445,00
Компот из яблок	9,62	1\180	282\2009	0,14	0,00	13,49	54,58
Хлеб ржаной	3,12	1\31	6.3.5.3\2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	2,31	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	138,00						
Всего:	230,00						

Свободный выбор							
Маринованная капуста	4,76	1\60	81\2004	0,96	6,00	2,15	66,36
Рассольник Ленинградский	8,45	1\200	42\2009	4,02	9,04	25,90	119,68
Плов	70,06	1\180	184\2003	22,79	8,62	36,96	320,40
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	33,35	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Сок фруктовый 0,2 л	29,00	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00

В том числе диетические блюда

Куры отварные (филе)	54,61	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Каша гречневая вязкая на молоке	34,01	200\10	104\2009	7,94	8,21	35,13	246,17

Зав. производством

Индивидуальный
предприниматель
Бухгалтер

О.Б. Шептунова
А.В. Андреева