

Меню на "11" октября 2021 год

ИП Шептунова О.Б. столовая при МБОУ СОШ № 50



Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. Ценность
Завтрак							
Каша манная молочная	14,19	1\160	328/2003	4,77	9,44	24,82	203,20
Яйцо вареное	10,88	1 шт	139/2009	5,08	4,60	0,28	62,80
Чай с молоком	4,68	1\200	431/2003	1,54	1,63	9,36	56,00
Хлеб ржаной	1,56	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	1,39	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Сок фруктовый 0,2	24,65	1 шт	11.1.1.16/2008	1,00	0,20	20,20	92,00
Яблоко	18,71	1 шт	9.1.2.6\2008	0,48	0,48	11,76	56,40
Итого:	76,06						
Обед							
Салат из белокачанной капусты	7,11	1\100	45\2003	1,53	5,06	9,03	86,67
Суп картофельный с горохом, с курицей	14,89	200\10	118/2003	5,366,18	5,40	15,79	138,80
Плов	45,74	1\170	184\2/2003	21,52	8,14	34,91	302,60
Компот из смеси сухофруктов	5,55	1\200	283/2009	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб ржаной	1,56	1\25	6.3.5.3/2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	1,21	1\15	6.1.3.2.2./2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	76,06						
Всего:	152,12						
Свободный выбор							
Каша манная молочная	14,19	1\160	328/2003	4,77	9,44	24,82	203,20
Салат из белокачанной капусты	7,11	1\100	45\2003	1,53	5,06	9,03	86,67
Суп картофельный с горохом, с курицей	14,89	200\10	118/2003	5,366,18	5,40	15,79	138,80
Плов	45,74	1\170	184\2/2003	21,52	8,14	34,91	302,60
Кекс фигурный 42 гр	17,4	1 шт	табл	1,87	8,44	23,39	134,4
Пряник Шоколадный 35 гр	9,13	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Пряник Московский 35 гр	8,7	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Московский 70 гр	20,3	1 шт	табл	4,9	11,73	38,92	256,9
Кекс Лимонный 75 гр	21,75	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Пирожок сдобный с капустой	9,44	1\60	335/1/2009	3,85	6,02	12,74	129,85
Пирожок сдобный с картошкой	7,52	1\60	335/2/2009	3,50	4,96	15,38	129,62
Пирожок сдобный с джемом	9,07	1\60	335/2009	4,64	3,89	28,90	169,30
Пицца с сосисками	17,84	1\80	тех .карта	8,88	9,39	27,47	229,31
Ватрушка с джемом	8,07	1\60	330\2009	7,08	2,63	41,81	219,07
Сосиска в тесте	15,70	1\75	747/2004	2,12	2,26	70,08	52,97
Сок фруктовый 0,2 л	24,65	1 шт	11.1.1.16/08	1,00	0,20	20,20	92,00
В том числе диетические блюда							
Куры отварные (филе)	31,40	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Какао с молоком	15,57	1\200	270/2009	4,85	5,04	32,73	195,71

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
Бухгалтер

Шептунова
А.В. Андреева
О.Б. Шептунова
А.В. Андреева