

Утверждаю
Меню на "13" октября 2021 года
 ИП Шептунова О.Б. столовая МБОУ СОШ № 50

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Омлет	42,09	1\165	301\2013	14,22	22,08	3,81	269,08
Чай с сахаром и лимоном	3,62	200\15\7	434\2003	0,26	0,05	15,22	59,00
Сыр Российский	6,19	1\10	1.6.1.8\2008	2,32	2,95	0,00	36,40
Фрукт	18,71	1 шт	9.1.2.6\2008	0,60	0,60	14,70	70,50
Хлеб ржаной	1,56	1\25	6.3.5.3\2008	1,65	0,30	8,35	43,50
Батон нарезной	3,89	1\42	6.1.3.2.2.\2008	3,19	1,18	21,59	110,04
Итого:	76,06						
Обед							
Салат из моркови	4,62	1\60	9\2009	0,68	6,05	6,23	82,08
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	9,84	200\4\10	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рыбные "Любительские"	31,73	1\90	227\2\2003	15,95	13,09	11,77	230,40
Картофель отварной в молоке	13,75	1\150	174\2013	4,65	6,30	23,10	168,00
Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	9,90	1\200	280\2009	0,33	0,00	22,66	91,98
Хлеб ржаной	2,97	1\48	6.3.5.3\2008	3,17	0,58	16,03	83,52
Батон нарезной	3,25	1\35	6.1.3.2.2.\2008	2,66	0,98	17,99	91,70
Итого:	76,06						
Всего:	152,12						
Свободный выбор							
Омлет	42,09	1\165	301\2013	14,22	22,08	3,81	269,08
Салат из моркови	4,62	1\60	9\2009	0,68	6,05	6,23	82,08
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	9,84	200\4\10	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рыбные "Любительские"	31,73	1\90	227\2\2003	15,95	13,09	11,77	230,40
Картофель отварной в молоке	13,75	1\150	174\2013	4,65	6,30	23,10	168,00
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	8,07	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
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							
Суп молочный с крупой рисовой	12,39	1/250	131\2003	4,56	5,08	19,09	146,00
Чай с молоком	4,70	1\200	431\2003	1,54	1,63	9,36	56,00

Индивидуальный предприниматель
 Бухгалтер

О.Б. Шептунова
 А.В. Андреева

Шептунова
Андреева
Шептунова