

Меню на "14" октября 2024 год

ИП: Шептунова О.Б. столовая при МБОУ Лингвистическая гимназия № 6

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептур	Белки	Жиры	Углев. оды	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Каша "Дружба"	31,36	200\15	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Кофейный напиток с молоком	11,94	1\180	286\2009	2,51	2,87	17,74	106,82
Хлеб ржаной	1,78	1\21	6.3.5.3/2008	1,39	0,25	7,01	36,54
Бутерброд с сыром	23,36	25\30	6.1.3.2.2./2008	2,92	1,10	34,22	157,67
Сок фруктовый 0,2	29,00	1 шт	11.1.1.16/2008	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого:	97,44						
Обед							
Салат из белокачанной капусты	4,54	1\60	45\2003	0,92	3,04	5,42	52,00
Суп картофельный с клецками	9,79	1\250	46\2009	5,55	4,90	16,84	133,94
Плов	69,16	1\170	184\2/2003	21,52	8,14	34,91	302,60
Компот из смеси сухофруктов	6,13	1\180	283/2009	0,50	0,00	25,10	102,41
Хлеб ржаной	2,45	1\28	6.3.5.3/2008	1,85	0,34	9,35	48,72
Батон нарезной	5,37	1\40	6.1.3.2.2./2008	3,04	1,12	20,56	104,80
Итого:	97,44						
Всего:	194,88						
Свободный выбор							
Салат "Мазайка"	17,18	1\100	24\2003	1,50	8,55	9,07	121,67
Салат из моркови	7,82	1\100	9\2009	1,14	10,08	10,38	136,80
Салат из белокачанной капусты	4,54	1\60	45\2003	0,92	3,04	5,42	52,00
Суп картофельный с клецками	9,79	1\250	46\2009	5,55	4,90	16,84	133,94
Плов	69,16	1\170	184\2/2003	21,52	8,14	34,91	302,60
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	69,64	1\60	495\2004	35,04	8,16	0,60	223,20
Котлеты рубленые из птицы	63,18	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Картофельное пюре	19,43	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Макаронные изделия отварные	11,04	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
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							
Каша "Дружба"	31,36	200\15	102\2009	6,55	8,33	35,09	241,11
Куры отварные (филе)	48,54	1\50	207/2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Каша гречневая рассыпчатая	12,64	1\150	445/2003	8,75	6,62	43,07	279,00

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
 Бухгалтер

Шептунова
Андреева

О.Б. Шептунова
 А.В. Андреева

Завтрак: 67,12
Обед: 728,2
Сред. выход: 1399,2
Зам. дир.

Меню на "15" октября 2024 года

ИП Шептунова О.Б. Столовая при МБОУ Лингвистическая гимназия № 6

Наименование	Цена, руб	Выход, гр	№ в сборнике рецептов	Белки	Жиры	Углевод ы	Эн. Ценно сть
Завтрак							
Запеканка из творога	50,79	1\125	313\2013	20,00	21,00	19,92	354,17
Чай с сахаром и лимоном	4,10	180\13,5\6	434\2003	0,23	0,05	13,70	53,10
Каша геркулесовая	36,01	200\15	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Бутерброд с джемом из абрикосов	4,27	10\15	85\2003	1,21	0,45	14,35	66,00
Хлеб ржаной	2,27	1\26	6.3.5.3/2008	1,72	0,31	8,68	45,24
Итого:	97,44						
Обед							
Винегрет овощной	6,50	1\60	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	10,60	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рубленые из птицы	63,18	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Макаронные изделия отварные	11,04	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Чай с сахаром	2,22	1\180	433\2003	0,18	0,05	13,51	51,30
Хлеб ржаной	1,89	1\22	6.3.5.3/2008	1,45	0,26	7,35	38,28
Батон	2,01	1\15	6.1.3.2.2\2008	1,14	0,42	7,71	39,30
Итого:	97,44						
Всего:	194,88						
Свободный выбор							
Винегрет овощной	6,50	1\60	2\2003	0,74	6,07	4,48	76,00
Салат картофельный с кукурузой	15,60	1\100	71\2003	1,92	5,28	10,43	101,67
Салат из свелы с сыром	13,30	1\100	55\2013	2,80	12,10	7,10	148,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	10,60	1\200	96\2003	1,65	4,22	10,41	86,40
Котлеты рубленые из птицы	63,18	1\100	205\2003	25,00	14,32	16,42	296,00
Котлета натуральная из филе птицы (отбивная)	69,64	1\60	495\2004	35,04	8,16	0,60	223,20
Шашлык из куриного филе с соусом томатным	55,55	1\100	2017, 2003	14,52	15,18	2,71	204,80
Картофельное пюре	19,43	1\180	443\2003	3,89	6,71	26,46	187,20
Макаронные изделия отварные	11,04	1\150	447\2003	5,48	4,98	34,88	211,50
Пряник Шоколадный 35 гр	12,18	1 шт	табл	1,72	0,96	27,16	117,6
Кекс Лимонный 75 гр	34,80	1 шт	табл	5,25	12,57	41,7	275,25
Круассан	36,98	1 шт	таб	9,9	19,6	65,1	462
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							
Каша геркулесовая	36,01	200\15	321\2003	7,40	13,94	31,96	284,00
Запеканка из творога	50,79	1\125	313\2013	20,00	21,00	19,92	354,17
Куры отварные (филе)	48,54	1\50	207\2003	15,28	5,90	0,56	117,00
Рис припущенный	15,61	1\180	449\2003	4,43	5,81	45,02	255,60

Зав. производством

Индивидуальный предприниматель
 Бухгалтер

Шептунова
А.В. Андреева

О.Б. Шептунова
 А.В. Андреева

Завтрак: 590,52
Обед: 724,2
Сред. выход: 1317,52
Зав. дир.