

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.



МЕНЮ

на 14.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94	32,63
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,00	11,45	110,48	22,01
Мясо духовое	200	16,90	11,80	34,70	306,1	63,14
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66	11,70
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8	3,80
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4	4,32
Итого:	730	25,96	23,22	97,60	729,38	137,59
Свободный выбор						
Чебуреки	110	11,00	11,00	35,90	286	50,78
Салат Домашний (говядина, картофель, морковь, огурцы конс., горошек конс., яйцо, масло раст.)	100	6,15	23,40	26,11	262,21	50,94
Салат из печени с овощами	100	10,10	8,30	2,70	125,5	63,99
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137	12,45
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	54,11
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	45,64
Печень жареная	100	26,50	4,70	5,20	175	96,60
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	98,00
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	64,07
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	95,23
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,17
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	16,13
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	22,68
Буфет						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		40,80
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	28,19
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	22,53
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	16,35
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	23,59

Технолог

Заведующий столовой

Согласовано!

Шаньшерава Инга Геннадьевна

Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ
на 14.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94	32,63
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,00	11,45	110,48	22,01
Мясо духовое	200	16,90	11,80	34,70	306,1	63,14
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66	11,70
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8	3,80
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4	4,32
Итого:	730	25,96	23,22	97,60	729,38	137,59
Свободный выбор						
Чебуреки	110	11,00	11,00	35,90	286	50,78
Салат Домашний (говядина, картофель, морковь, огурцы конс., горошек конс., яйцо, масло раст.)	100	6,15	23,40	26,11	262,21	50,94
Салат из печени с овощами	100	10,10	8,30	2,70	125,5	63,99
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137	12,45
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	54,11
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	45,64
Печень жареная	100	26,50	4,70	5,20	175	96,60
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	98,00
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	64,07
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	95,23
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,17
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	16,13
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	22,68
Буфет						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		40,80
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	28,19
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	22,53
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	16,35
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	23,59

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровая Инга
Геннадьевна

Джамалова Татьяна
Николаевна

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора ООО
«АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ
на 14.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Поджаренная из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	530	18,77	19,42	81,89	587,5
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Макаронные изделия отварные	200	7,05	5,63	46,47	268,13
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	550	20,03	20,83	91,82	689,74
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Поджаренная из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	530	18,77	19,42	81,89	587,5
Дети (12 лет и старше)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Макаронные изделия отварные	200	7,05	5,63	46,47	268,13
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	550	20,03	20,83	91,82	689,74
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,00	11,45	110,48
Мясо духовое	200	16,90	11,80	34,70	306,1
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	730	25,96	23,22	97,60	729,38
Дети (12 лет и старше)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,75	3,75	14,32	135,6
Мясо духовое	200	16,90	11,80	34,70	306,1
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	820	27,97	29,20	102,75	814,46

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерова Инга
ГеннадьевнаДжамалова
Татьяна
Николаевна