

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 01.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38	11,74
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6	10,89
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	61,25
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	23,49
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44	14,40
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8	3,60
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4	4,08
Итого:	770	21,48	23,35	98,28	780,18	129,45
Свободный выбор						
Ватрушка с творогом	75	10,00	4,00	32,70	208,5	24,42
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	18,29
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	19,45
Салат из квашеной капусты	100	1,45	19,87	4,25	126,37	27,78
Салат Снежинка (рис, яйцо, колбаса вар, перец сладкий, масло раст.)	100	5,00	23,00	26,00	327	34,74
Салат Чуйский (морковь, лук репч., чеснок, масло раст.)	100	1,40	6,20	6,90	90	13,16
Говядина Праздничная	100	19,00	20,00	8,31	256	103,42
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	87,60
Котлета из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	86,24
Печень Бризолъ	100	17,20	6,00	1,70	130,4	81,18
Столжки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	84,80
Каша перловая рассыпчатая	150	4,50	4,50	32,25	186	12,39
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	16,61
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	21,41
Буфет						
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	30,96
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	15,47
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	23,59
Итого:	278	6,23	16,79	61,51	430,7	70,02

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерова 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 01.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38	11,74
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6	10,89
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	61,25
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	23,49
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44	14,40
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8	3,60
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4	4,08
Итого:	770	21,48	23,35	98,28	780,18	129,45
Свободный выбор						
Ватрушка с творогом	75	10,00	4,00	32,70	208,5	24,42
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	18,29
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	19,45
Салат из квашеной капусты	100	1,45	19,87	4,25	126,37	27,78
Салат Снежинка (рис, яйцо, колбаса вар, перец сладкий, масло раст.)	100	5,00	23,00	26,00	327	34,74
Салат Чуйский (морковь, лук репч., чеснок, масло раст.)	100	1,40	6,20	6,90	90	13,16
Говядина Праздничная	100	19,00	20,00	8,31	256	103,42
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	87,60
Котлета из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	86,24
Печень Бризоль	100	17,20	6,00	1,70	130,4	81,18
Столбики из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	84,80
Каша перловая рассыпчатая	150	4,50	4,50	32,25	186	12,39
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	16,61
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	21,41
Буфет						
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	30,96
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	15,47
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	23,59
Итого:	278	6,23	16,79	61,51	430,7	70,02

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерова 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 01.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	160	6,48	9,00	36,14	238,5
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	150	2,25	0,38	31,50	171
Итого:	565	18,51	19,28	98,55	647,31
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	210	8,64	12,00	50,86	318
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	100	1,50	0,25	21,00	114
Итого:	565	19,92	22,15	102,77	669,81
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	160	6,48	9,00	36,14	238,5
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	150	2,25	0,38	31,50	171
Итого:	565	18,51	19,28	98,55	647,31
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	210	8,64	12,00	50,86	318
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	100	1,50	0,25	21,00	114
Итого:	565	19,92	22,15	102,77	669,81
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	21,48	23,35	98,28	780,18
Дети (12 лет и старше)					
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3
Суп с макаронными изделиями	250	3,00	6,00	14,80	119,5
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96
Пюре картофельное	180	3,80	5,36	24,91	183,13
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	23,47	27,11	106,58	879,53

Технолог

Заведующий столовой

Шаншерова Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора ООО
«АВОКАДО»Джафаров
П.Т.

МЕНЮ

на 01.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	160	6,48	9,00	36,14	238,5
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	150	2,25	0,38	31,50	171
Итого:	565	18,51	19,28	98,55	647,31
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	210	8,64	12,00	50,86	318
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	100	1,50	0,25	21,00	114
Итого:	565	19,92	22,15	102,77	669,81
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	160	6,48	9,00	36,14	238,5
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	150	2,25	0,38	31,50	171
Итого:	565	18,51	19,28	98,55	647,31
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	210	8,64	12,00	50,86	318
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	100	1,50	0,25	21,00	114
Итого:	565	19,92	22,15	102,77	669,81
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	21,48	23,35	98,28	780,18
Дети (12 лет и старше)					
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3
Суп с макаронными изделиями	250	3,00	6,00	14,80	119,5
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96
Пюре картофельное	180	3,80	5,36	24,91	183,13
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	23,47	27,11	106,58	879,53

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерава Инга
ГеннадьевнаДжамалова
Татьяна
Николаевна