

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"
Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 04.04.2024 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	12,37
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6	10,07
Горбуша запеченная с сыром, сметаной	100	15,00	13,80	8,28	240	93,88
Рис отварной с овощами (рис, морковь, горошек конс.)	150	4,16	5,83	30,00	190,83	45,75
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44	13,88
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:	770	26,91	27,52	101,50	819,45	184,07
Свободный выбор						
Салат из консервированных огурцов (огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	34,58
Салат из печени с овощами	100	10,10	8,30	2,70	125,5	69,33
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	48,72
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,14
Биточки из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	125,26
Говядина Праздничная	100	19,00	20,00	8,31	256	142,93
Манты с говядиной со сметаной	107	13,96	6,21	17,78	218,54	82,93
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	79,33
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,65
Каша перловая рассыпчатая	150	4,50	4,50	32,25	186	11,27
Макаронные изделия отварные	180	6,35	5,07	41,83	241,32	18,56
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	19,91
Буфет						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		55,99
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	25,61
Батончики Чебурашка 40 гр	40	1,60	9,20	24,80	188,4	39,06
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	19,71
Крекер Нежный 220 гр	220	8,50	21,10	60,00	463,9	68,46
Мармелад Левушка 70 гр	70	3,99	0,14	51,73	224,14	42,56
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	14,31
Печенье злаковое 120 гр	120	9,60	19,20	80,40	532,8	55,05
Печенье Чебурашка апельсиновое 180 гр	180	7,00	15,50	64,60	425,9	88,12
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	34,66

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 04.04.2024 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	12,37
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6	10,07
Горбуша запеченная с сыром, сметаной	100	15,00	13,80	8,28	240	93,88
Рис отварной с овощами (рис, морковь, горошек конс.)	150	4,16	5,83	30,00	190,83	45,75
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44	13,88
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:	770	26,91	27,52	101,50	819,45	184,07
Свободный выбор						
Салат из консервированных огурцов (огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	34,58
Салат из печени с овощами	100	10,10	8,30	2,70	125,5	69,33
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	48,72
Свёкла с маслом раст.	100	2,00	10,00	0,80	120,9	10,14
Биточки из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	125,26
Говядина Праздничная	100	19,00	20,00	8,31	256	142,93
Манты с говядиной со сметаной	107	13,96	6,21	17,78	218,54	82,93
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	79,33
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,65
Каша перловая рассыпчатая	150	4,50	4,50	32,25	186	11,27
Макаронные изделия отварные	180	6,35	5,07	41,83	241,32	18,56
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	19,91
Буфет						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		55,99
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	25,61
Батончики Чебурашка 40 гр	40	1,60	9,20	24,80	188,4	39,06
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	19,71
Крекер Нежный 220 гр	220	8,50	21,10	60,00	463,9	68,46
Мармелад Левушка 70 гр	70	3,99	0,14	51,73	224,14	42,56
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	14,31
Печенье злаковое 120 гр	120	9,60	19,20	80,40	532,8	55,05
Печенье Чебурашка апельсиновое 180 гр	180	7,00	15,50	64,60	425,9	88,12
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	34,66

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшперова Инга
Гешадьевна

Джамалова Татьяна
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1



Шахматова Н.В.



"Утверждаю":

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров

Г.Т.

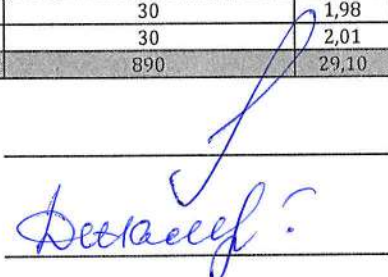
МЕНЮ

на 04.04.2024 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 из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	150	0,57	0,47	16,35	63
Итого:	565	16,83	16,64	83,40	543,81
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	100	0,38	0,31	10,90	42
Итого:	565	18,66	18,44	89,24	598,75
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	150	0,57	0,47	16,35	63
Итого:	565	16,83	16,64	83,40	543,81
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	100	0,38	0,31	10,90	42
Итого:	565	18,66	18,44	89,24	598,75
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
Горбуша запеченная с сыром, сметаной	100	15,00	13,80	8,28	240
Рис отварной с овощами (рис, морковь, горошек конс.)	150	4,16	5,83	30,00	190,83
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	26,91	27,52	101,50	819,45
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
Горбуша запеченная с сыром, сметаной	100	15,00	13,80	8,28	240
Рис отварной с овощами (рис, морковь, горошек конс.)	180	5,00	7,00	36,00	229
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	29,10	31,55	111,65	926,44

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.



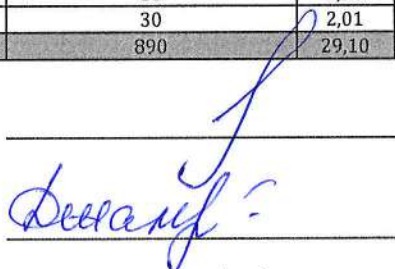
МЕНЮ

на 04.04.2024 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 из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	150	0,57	0,47	16,35	63
Итого:	565	16,83	16,64	83,40	543,81
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	100	0,38	0,31	10,90	42
Итого:	565	18,66	18,44	89,24	598,75
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	150	0,57	0,47	16,35	63
Итого:	565	16,83	16,64	83,40	543,81
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	100	0,38	0,31	10,90	42
Итого:	565	18,66	18,44	89,24	598,75
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
Горбуша запеченная с сыром, сметаной	100	15,00	13,80	8,28	240
Рис отварной с овощами (рис, морковь, горошек конс.)	150	4,16	5,83	30,00	190,83
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	26,91	27,52	101,50	819,45
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
Горбуша запеченная с сыром, сметаной	100	15,00	13,80	8,28	240
Рис отварной с овощами (рис, морковь, горошек конс.)	180	5,00	7,00	36,00	229
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	29,10	31,55	111,65	926,44

Технолог

Заведующий столовой



Шаньшерова Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна