

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1



Шахматова Н.В.

"Утверждаю":  
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»



Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 05.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94	31,96
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36	17,34
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	94,73
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	19,52
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	17,74
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:	780	24,82	27,61	105,15	813,82	189,40
<b>Свободный выбор</b>						
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	45,21
Плюшка Ново-московская	100	7,60	11,94	40,00	157	13,47
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	17,89
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	19,45
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	51,24
Салат из квашеной капусты	100	1,45	19,87	4,25	126,37	27,86
Салат из консервированных огурцов (огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	33,10
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	67,40
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	97,98
Столбы из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	87,64
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	63,21
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	19,52
Картофель запеченный	150	4,17	8,33	33,33	223,33	18,77
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	14,71
<b>Буфет</b>						
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	30,96
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	15,47
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	23,59
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	38,82

Технолог

*Варф*

Шаньшеровва Инга  
Геннадьевна

Заведующий столовой


*Джафаров Г.Т.*

Джамалова Татьяна  
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

 Шахматова Н.В.

Утверждаю":  
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»



Джафаров Г.Т.


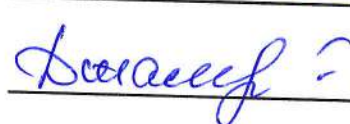
МЕНЮ

на 05.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат из кукурузы (кукуруза конц., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94	31,96
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36	17,34
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	94,73
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	19,52
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	17,74
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:	780	24,82	27,61	105,15	813,82	189,40
<b>Свободный выбор</b>						
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	45,21
Плюшка Ново-московская	100	7,60	11,94	40,00	157	13,47
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	17,89
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	19,45
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	51,24
Салат из квашеной капусты	100	1,45	19,87	4,25	126,37	27,86
Салат из консервированных огурцов (огурцы конц., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	33,10
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	67,40
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	97,98
Столжки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	87,64
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	63,21
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	19,52
Картофель запеченный	150	4,17	8,33	33,33	223,33	18,77
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	14,71
<b>Буфет</b>						
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	30,96
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	15,47
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	23,59
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	38,82

Технолог

Заведующий столовой

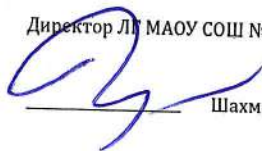
  


Шаньшерова Инга  
Геннадьевна

Джамалова Татьяна  
Николаевна

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

  
Шахматова Н.В.



**МЕНЮ**

на 05.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

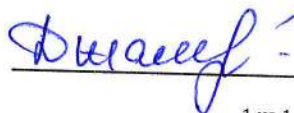
Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак ФБ</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	160	6,48	7,62	36,14	243
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	565	19,68	19,64	87,61	596,83
<b>Завтрак платно</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	210	8,50	10,00	47,43	318,94
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	565	21,20	22,02	95,15	653,77
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	160	6,48	7,62	36,14	243
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	565	19,68	19,64	87,61	596,83
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	210	8,50	10,00	47,43	318,94
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	565	21,20	22,02	95,15	653,77
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	780	24,82	27,61	105,15	813,82
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	5,55	5,80	14,90	117,95
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63
Рис припущенный	180	3,96	5,40	32,99	196,43
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	900	28,05	34,90	115,91	930,11

Технолог



Шаньшерова Инга Геннадьевна

Заведующий столовой



Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1  


Шахматова Н.В.



**МЕНЮ**  
 на 05.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

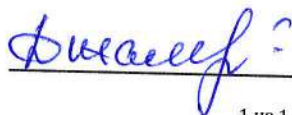
Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак ФБ</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	160	6,48	7,62	36,14	243
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	565	19,68	19,64	87,61	596,83
<b>Завтрак платно</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	210	8,50	10,00	47,43	318,94
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	565	21,20	22,02	95,15	653,77
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	160	6,48	7,62	36,14	243
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	565	19,68	19,64	87,61	596,83
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	210	8,50	10,00	47,43	318,94
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	565	21,20	22,02	95,15	653,77
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	780	24,82	27,61	105,15	813,82
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	5,55	5,80	14,90	117,95
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63
Рис припущенный	180	3,96	5,40	32,99	196,43
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	900	28,05	34,90	115,91	930,11

Технолог



Шаньшеровая Инга Геннадьевна

Заведующий столовой



Джамалова Татьяна Николаевна