

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 05.04.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из редиса с огурцом	60	0,60	5,99	2,20	79,25	37,79
Суп гороховый с гречками	215	3,40	3,80	22,65	99,6	18,00
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1	67,07
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66	13,91
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:	735	25,57	21,16	94,00	747,81	144,90
Свободный выбор						
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	65,50
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	49,84
Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	3,00	107	76,94
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,14
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	85,99
Запеканка картофельная с говядиной	200	17,44	23,82	46,66	439,68	94,79
Рыба Аппетитная (горбуша)	100	15,13	13,29	5,66	207,37	46,41
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	59,74
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,81
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,83
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	25,49
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18	3,32
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
Батончик мюсли ЛЕОВИТ 25 гр	25	1,00	2,10	15,00	82,9	20,26
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
Жевательный мармелад ЗЛЫЕ ЯЗЫКИ 75 гр	75	3,30	0	57,00	241,2	63,43
Зефир ванильный в шоколаде 170 гр	170	1,70	5,47	124,00	552,03	94,18
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
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	34,66

Технолог

Шаньшера Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 05.04.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая я ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из редиса с огурцом	60	0,60	5,99	2,20	79,25	37,79
Суп гороховый с гречками	215	3,40	3,80	22,65	99,6	18,00
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1	67,07
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66	13,91
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:	735	25,57	21,16	94,00	747,81	144,90
Свободный выбор						
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	65,50
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	49,84
Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	3,00	107	76,94
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,14
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	85,99
Запеканка картофельная с говядиной	200	17,44	23,82	46,66	439,68	94,79
Рыба Appetitная (горбуша)	100	15,13	13,29	5,66	207,37	46,41
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	59,74
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,81
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,83
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	25,49
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18	3,32
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
Батончик мюсли ЛЕОВИТ 25 гр	25	1,00	2,10	15,00	82,9	20,26
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
Жевательный мармелад ЗЛЫЕ ЯЗЫКИ 75 гр	75	3,30	0	57,00	241,2	63,43
Зефир ванильный в шоколаде 170 гр	170	1,70	5,47	124,00	552,03	94,18
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
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	34,66

Технолог


Шаньшерева Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"
 Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1


 Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
 Заместитель директора ООО «АВОКАДО»


 Джафаров Г.Т.

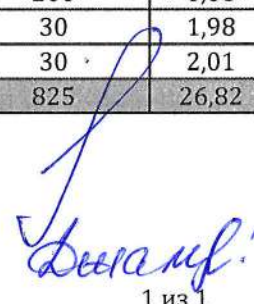
МЕНЮ
 на 05.04.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный	150	14,07	16,27	39,60	309,93
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	170	2,55	0,43	35,70	193,8
Итого:	550	18,92	17,03	103,63	625,41
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный	200	18,76	21,72	52,80	413,24
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	120	1,80	0,30	25,20	136,8
Итого:	550	22,86	22,35	106,33	671,72
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный	150	14,07	16,27	39,60	309,93
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	170	2,55	0,43	35,70	193,8
Итого:	550	18,92	17,03	103,63	625,41
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный	200	18,76	21,72	52,80	413,24
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	120	1,80	0,30	25,20	136,8
Итого:	550	22,86	22,35	106,33	671,72
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из редиса с огурцом	60	0,60	5,99	2,20	79,25
Суп гороховый с гречками	215	3,40	3,80	22,65	99,6
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1
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:	735	25,57	21,16	94,00	747,81
Дети (12 лет и старше)					
Салат из редиса с огурцом	100	1,00	9,98	3,67	132,08
Суп гороховый с гречками	265	4,25	4,75	28,32	124,5
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1
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:	825	26,82	26,10	101,14	825,54

Технолог

Шаньшерава Инга Геннадьевна

Заведующий столовой


 Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 05.04.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный	150	14,07	16,27	39,60	309,93
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	170	2,55	0,43	35,70	193,8
Итого:	550	18,92	17,03	103,63	625,41
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный	200	18,76	21,72	52,80	413,24
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	120	1,80	0,30	25,20	136,8
Итого:	550	22,86	22,35	106,33	671,72
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный	150	14,07	16,27	39,60	309,93
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	170	2,55	0,43	35,70	193,8
Итого:	550	18,92	17,03	103,63	625,41
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный	200	18,76	21,72	52,80	413,24
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	120	1,80	0,30	25,20	136,8
Итого:	550	22,86	22,35	106,33	671,72
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из редиса с огурцом	60	0,60	5,99	2,20	79,25
Суп гороховый с гренками	215	3,40	3,80	22,65	99,6
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1
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:	735	25,57	21,16	94,00	747,81
Дети (12 лет и старше)					
Салат из редиса с огурцом	100	1,00	9,98	3,67	132,08
Суп гороховый с гренками	265	4,25	4,75	28,32	124,5
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1
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:	825	26,82	26,10	101,14	825,54

Технолог

Шаньшерова Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна