

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 07.02.2024 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	11,76
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72	18,61
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62	65,12
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	16,13
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44	10,47
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	25,10	20,74	116,73	800,36	130,22
Свободный выбор						
Пицца Аппетитная (сосиски)	100	10,60	15,65	21,65	269,15	47,17
Сосиска запеченная в тесте	100	12,00	17,90	21,80	285,8	52,98
Сочни с творогом	100	9,60	7,90	35,80	244,1	55,63
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137	12,46
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	54,90
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,15
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	46,36
Печень жареная	100	26,50	4,70	5,20	175	96,60
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	97,98
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	64,05
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	94,73
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,17
Макаронные изделия отварные	180	6,35	5,07	41,83	241,32	18,41
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	22,69
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	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	16,35
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

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 07.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38	11,76
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72	18,61
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62	65,12
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	16,13
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44	10,47
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	25,10	20,74	116,73	800,36	130,22
Свободный выбор						
Пицца Аппетитная (сосиски)	100	10,60	15,65	21,65	269,15	47,17
Сосиска запеченная в тесте	100	12,00	17,90	21,80	285,8	52,98
Сочни с творогом	100	9,60	7,90	35,80	244,1	55,63
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137	12,46
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	54,90
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,15
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	46,36
Печень жареная	100	26,50	4,70	5,20	175	96,60
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	97,98
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	64,05
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	94,73
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,17
Макаронные изделия отварные	180	6,35	5,07	41,83	241,32	18,41
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	22,69
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	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	16,35
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

Шаньшеровва 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 07.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	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
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	530	17,08	20,20	62,83	555,61
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
Капуста свежая тушёная	200	4,80	6,67	21,07	162,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	550	17,78	21,87	66,42	584,28
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
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	530	17,08	20,20	62,83	555,61
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
Капуста свежая тушёная	200	4,80	6,67	21,07	162,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	550	17,78	21,87	66,42	584,28
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	25,10	20,74	116,73	800,36
Дети (12 лет и старше)					
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3
Суп кудрявый	250	1,30	3,32	34,70	158,4
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,10	4,14	45,00	237,6
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	27,46	23,76	132,36	916,56

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеров Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.



МЕНЮ

на 07.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	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
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	530	17,08	20,20	62,83	555,61
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
Капуста свежая тушёная	200	4,80	6,67	21,07	162,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	550	17,78	21,87	66,42	584,28
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	530	17,08	20,20	62,83	555,61
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
Капуста свежая тушёная	200	4,80	6,67	21,07	162,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	550	17,78	21,87	66,42	584,28
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	25,10	20,74	116,73	800,36
Дети (12 лет и старше)					
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3
Суп кудрявый	250	1,30	3,32	34,70	158,4
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,10	4,14	45,00	237,6
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	27,46	23,76	132,36	916,56

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровва Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна