

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1



Шахматова Н.В.

"Утверждаю":  
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»



Джафаров Г.Т.

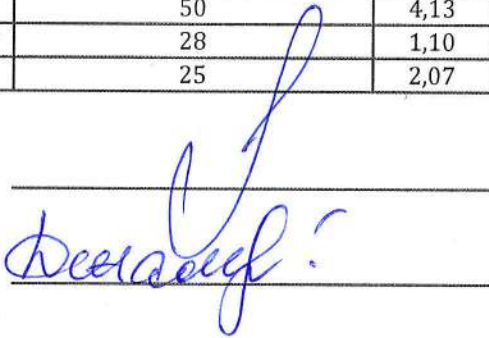
**МЕНЮ**

на 11.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	60	2,19	7,85	3,41	51,8	46,55
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,50	11,45	108,48	23,10
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	70,55
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	14,86
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	18,14
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	26,70	23,87	112,45	769,48	181,31
<b>Свободный выбор</b>						
Блинчики с сгущённым молоком	120	9,89	22,94	34,94	392,9	35,12
Блинчики со сметаной	120	9,89	22,94	34,94	392,9	32,76
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	46,63
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	21,91
Салат Домашний (говядина, картофель, морковь, огурцы конс., горошек конс., яйцо, масло раст.)	100	6,15	23,40	26,11	262,21	53,36
Салат Здоровье (свёкла, морковь, горошек конс., масло раст.)	100	2,00	15,00	7,00	172	21,19
Салат из консервированных огурцов (огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	32,93
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	100	2,30	15,01	9,80	180,6	19,76
Голубцы с томатным соусом	200	12,66	7,98	18,78	197,5	103,32
Котлета по-хлыновски	80	14,40	18,40	5,50	240,48	94,55
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	45,87
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	73,87
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	110,85
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
Рис отварной с овощами (рис, морковь, кукуруза конс.)	150	9,39	1,74	16,29	82,34	62,56
<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	28,19
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	20,29
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	38,82

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.

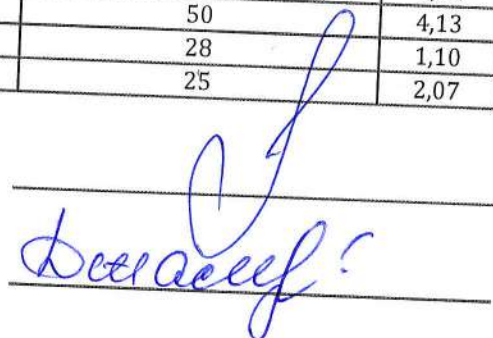
**МЕНЮ**

на 11.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	60	2,19	7,85	3,41	51,8	46,55
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,50	11,45	108,48	23,10
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	70,55
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	14,86
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	18,14
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	26,70	23,87	112,45	769,48	181,31
<b>Свободный выбор</b>						
Блинчики с гущённым молоком	120	9,89	22,94	34,94	392,9	35,12
Блинчики со сметаной	120	9,89	22,94	34,94	392,9	32,76
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	46,63
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	21,91
Салат Домашний (говядина, картофель, морковь, огурцы конс., горошек конс., яйцо, масло раст.)	100	6,15	23,40	26,11	262,21	53,36
Салат Здоровье (свёкла, морковь, горошек конс., масло раст.)	100	2,00	15,00	7,00	172	21,19
Салат из консервированных огурцов (огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	32,93
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	100	2,30	15,01	9,80	180,6	19,76
Голубцы с томатным соусом	200	12,66	7,98	18,78	197,5	103,32
Котлета по-хлыновски	80	14,40	18,40	5,50	240,48	94,55
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	45,87
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	73,87
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	110,85
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
Рис отварной с овощами (рис, морковь, кукуруза конс.)	150	9,39	1,74	16,29	82,34	62,56
<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	28,19
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	20,29
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	38,82

Технолог

Заведующий столовой




Шаньшерова Инга  
Геннадьевна

Джамалова Татьяна  
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАOU СОШ № 1  


Шахматова Н.В.



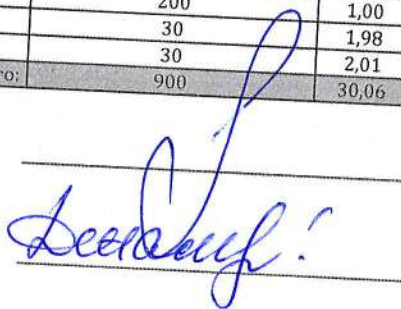
Утверждаю:  
 Заместитель директора ООО  
 «АВОКАДО»  
 Джафаров  
 И.Т.

**МЕНЮ**  
 на 11.03.2024 ЛГ МАOU 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 вязкая Дружба с маслом	160	2,83	7,73	30,00	240,7
Кофейный напиток с молоком	200	3,39	2,12	24,82	127,6
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	565	15,90	18,15	80,80	576,93
<b>Завтрак платно</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная вязкая Дружба с маслом	210	3,77	10,31	40,00	320,93
Кофейный напиток с молоком	200	3,39	2,12	24,82	127,6
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	565	16,34	20,73	87,05	638,16
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная вязкая Дружба с маслом	160	2,83	7,73	30,00	240,7
Кофейный напиток с молоком	200	3,39	2,12	24,82	127,6
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	565	15,90	18,15	80,80	576,93
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная вязкая Дружба с маслом	210	3,77	10,31	40,00	320,93
Кофейный напиток с молоком	200	3,39	2,12	24,82	127,6
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	565	16,34	20,73	87,05	638,16
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	60	2,19	7,85	3,41	51,8
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,50	11,45	108,48
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
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	26,70	23,87	112,45	769,48
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	100	3,65	8,83	5,68	149,9
Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,75	4,38	18,06	135,6
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,10	4,14	45,00	237,6
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	30,06	26,42	128,83	934,3

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.

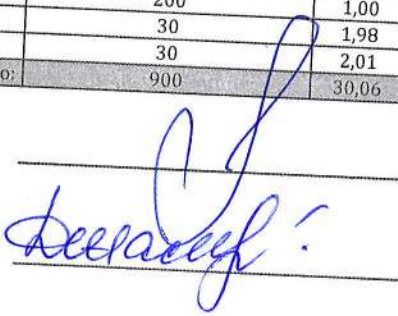
**МЕНЮ**

на 11.03.2024 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 вязкая Дружба с маслом	160	2,83	7,73	30,00	240,7
Кофейный напиток с молоком	200	3,39	2,12	24,82	127,6
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	565	15,90	18,15	80,80	576,93
<b>Завтрак платно</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная вязкая Дружба с маслом	210	3,77	10,31	40,00	320,93
Кофейный напиток с молоком	200	3,39	2,12	24,82	127,6
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	565	16,34	20,73	87,05	638,16
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная вязкая Дружба с маслом	160	2,83	7,73	30,00	240,7
Кофейный напиток с молоком	200	3,39	2,12	24,82	127,6
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	565	15,90	18,15	80,80	576,93
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная вязкая Дружба с маслом	210	3,77	10,31	40,00	320,93
Кофейный напиток с молоком	200	3,39	2,12	24,82	127,6
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	565	16,34	20,73	87,05	638,16
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	60	2,19	7,85	3,41	51,8
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,50	11,45	108,48
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
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	26,70	23,87	112,45	769,48
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	100	3,65	8,83	5,68	149,9
Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,75	4,38	18,06	135,6
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,10	4,14	45,00	237,6
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	30,06	26,42	128,83	934,3

Технолог

Заведующий столовой



Шаньшерова Инга  
Геннадьевна

Джамалова  
Татьяна  
Николаевна