

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель директора по производству ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

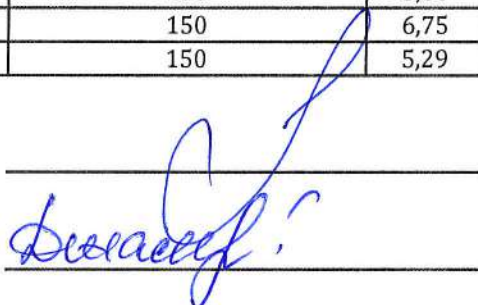
МЕНЮ

на 12.01.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	60	1,38	7,80	4,02	64,3	11,71
Суп гороховый с гренками	215	3,40	3,80	22,65	99,6	17,98
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1	77,16
Компот из апельсинов	200	0,54	0,11	24,83	102,37	36,83
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8	3,60
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4	4,08
Итого:	735	26,21	23,08	99,39	745,57	151,36
Свободный выбор						
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	38,52
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	17,67
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	55,31
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	40,66
Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	3,00	107	55,94
Салат Свекольный (свекла, огурцы конс., масло раст.)	100	1,73	14,85	7,28	169,9	17,66
Биточки из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	97,85
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	99,86
Запеканка картофельная с говядиной	200	15,54	12,03	46,66	366,73	108,70
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	64,59
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,77
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	14,97
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	13,92

Технолог

Заведующий столовой



Шаншерова Инга
Геннадьевна

Джамалова Татьяна
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора по производству ООО
«АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 12.01.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1



Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	60	1,38	7,80	4,02	64,3	11,71
Суп гороховый с гренками	215	3,40	3,80	22,65	99,6	17,98
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1	77,16
Компот из апельсинов	200	0,54	0,11	24,83	102,37	36,83
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8	3,60
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4	4,08
Итого:	735	26,21	23,08	99,39	745,57	151,36
Свободный выбор						
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	38,52
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	17,67
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	55,31
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	40,66
Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	3,00	107	55,94
Салат Свекольный (свекла, огурцы конс., масло раст.)	100	1,73	14,85	7,28	169,9	17,66
Биточки из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	97,85
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	99,86
Запеканка картофельная с говядиной	200	15,54	12,03	46,66	366,73	108,70
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	64,59
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,77
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	14,97
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	13,92

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровва Инга
Геннадьевна

Джамалова Татьяна
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Утверждаю:
Заместитель директора по
производству ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 12.01.2024 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
Груши свежие	170	0,65	0,53	18,53	71,4
Итого:	550	17,02	17,13	86,46	503,01
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
Груши свежие	120	0,46	0,37	13,08	50,4
Итого:	550	21,52	22,42	94,21	585,32
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
Груши свежие	170	0,65	0,53	18,53	71,4
Итого:	550	17,02	17,13	86,46	503,01
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
Груши свежие	120	0,46	0,37	13,08	50,4
Итого:	550	21,52	22,42	94,21	585,32
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	60	1,38	7,80	4,02	64,3
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
Компот из апельсинов	200	0,54	0,11	24,83	102,37
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	735	26,21	23,08	99,39	745,57
Дети (12 лет и старше)					
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	100	2,30	15,01	9,80	180,6
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
Компот из апельсинов	200	0,54	0,11	24,83	102,37
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	825	27,98	31,24	110,84	886,77

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерава Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора по
производству ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 12.01.2024 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
Груши свежие	170	0,65	0,53	18,53	71,4
Итого:	550	17,02	17,13	86,46	503,01
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
Груши свежие	120	0,46	0,37	13,08	50,4
Итого:	550	21,52	22,42	94,21	585,32
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
Груши свежие	170	0,65	0,53	18,53	71,4
Итого:	550	17,02	17,13	86,46	503,01
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
Груши свежие	120	0,46	0,37	13,08	50,4
Итого:	550	21,52	22,42	94,21	585,32
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	60	1,38	7,80	4,02	64,3
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
Компот из апельсинов	200	0,54	0,11	24,83	102,37
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	735	26,21	23,08	99,39	745,57
Дети (12 лет и старше)					
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	100	2,30	15,01	9,80	180,6
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
Компот из апельсинов	200	0,54	0,11	24,83	102,37
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	825	27,98	31,24	110,84	886,77

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерова Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна