

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

«Утверждаю»:  
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 12.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат Карамель (редис, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	60	0,60	9,00	1,80	91,8	33,46
Суп картофельный с клецками	200	1,80	2,64	24,04	134,04	18,99
Суфле из печени	100	12,22	8,79	12,43	205,17	48,46
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	29,20
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	17,42
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	23,21	26,00	100,86	778,21	155,65
<b>Свободный выбор</b>						
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	46,47
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	18,39
Огурцы консервированные порциями	100	1,30	0,30	5,30	31	40,04
Салат Домашний (говядина, картофель, морковь, огурцы конс., горошек конс., яйцо, масло раст.)	100	6,15	23,40	26,11	262,21	51,35
Салат Здоровье (свёкла, морковь, горошек конс., масло раст.)	100	2,00	15,00	7,00	172	23,67
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,15
Бифбургер	200	19,38	35,50	28,50	512,25	112,70
Голубцы с томатным соусом	200	12,66	7,98	18,78	197,5	94,11
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	67,40
Рыба Аппетитная (горбуша)	100	15,13	13,29	5,66	207,37	42,36
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
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,36
Рис отварной с овощами (рис, морковь, горошек конс.)	150	9,39	1,74	16,29	82,34	53,54

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 12.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат Карамель (редис, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	60	0,60	9,00	1,80	91,8	33,46
Суп картофельный с клецками	200	1,80	2,64	24,04	134,04	18,99
Суфле из печени	100	12,22	8,79	12,43	205,17	48,46
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	29,20
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	17,42
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	23,21	26,00	100,86	778,21	155,65
<b>Свободный выбор</b>						
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	46,47
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	18,39
Огурцы консервированные порциями	100	1,30	0,30	5,30	31	40,04
Салат Домашний (говядина, картофель, морковь, огурцы конс., горошек конс., яйцо, масло раст.)	100	6,15	23,40	26,11	262,21	51,35
Салат Здоровье (свёкла, морковь, горошек конс., масло раст.)	100	2,00	15,00	7,00	172	23,67
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,15
Бифбургер	200	19,38	35,50	28,50	512,25	112,70
Голубцы с томатным соусом	200	12,66	7,98	18,78	197,5	94,11
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	67,40
Рыба Appetитная (горбуша)	100	15,13	13,29	5,66	207,37	42,36
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
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,36
Рис отварной с овощами (рис, морковь, горошек конс.)	150	9,39	1,74	16,29	82,34	53,54

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 12.02.2024 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 вязкая Дружба с маслом	160	2,83	7,73	30,00	240,7
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	16,03	19,75	81,47	594,53
<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
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	16,47	22,33	87,72	655,76
<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
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	16,03	19,75	81,47	594,53
<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
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	16,47	22,33	87,72	655,76
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети (7-11 лет)</b>					
Салат Карамель (редис, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	60	0,60	9,00	1,80	91,8
Суп картофельный с клецками	200	1,80	2,64	24,04	134,04
Суфле из печени	100	12,22	8,79	12,43	205,17
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122
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:	770	23,21	26,00	100,86	778,21
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат Карамель (редис, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	15,00	3,00	153
Суп картофельный с клецками	250	2,30	3,30	30,05	167,55
Суфле из печени	100	12,22	8,79	12,43	205,17
Капуста свежая тушёная	180	4,32	6,00	18,96	146,4
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:	890	24,83	33,66	111,23	897,32

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерава Инга  
Геннадьевна

Джамалова  
Татьяна  
Николаевна



ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.



**МЕНЮ**

на 12.02.2024 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 вязкая Дружба с маслом	160	2,83	7,73	30,00	240,7
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	16,03	19,75	81,47	594,53
<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
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	16,47	22,33	87,72	655,76
<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
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	16,03	19,75	81,47	594,53
<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
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	16,47	22,33	87,72	655,76
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети (7-11 лет)</b>					
Салат Карамель (редис, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	60	0,60	9,00	1,80	91,8
Суп картофельный с клецками	200	1,80	2,64	24,04	134,04
Суфле из печени	100	12,22	8,79	12,43	205,17
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122
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:	770	23,21	26,00	100,86	778,21
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат Карамель (редис, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	15,00	3,00	153
Суп картофельный с клецками	250	2,30	3,30	30,05	167,55
Суфле из печени	100	12,22	8,79	12,43	205,17
Капуста свежая тушёная	180	4,32	6,00	18,96	146,4
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:	890	24,83	33,66	111,23	897,32

Технолог

Шаньшеровва Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна