


ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1



Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»



Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 12.04.2024 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	12,00
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36	19,45
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	82,53
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66	14,73
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:	730	25,72	21,90	102,06	726,5	136,84
Свободный выбор						
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	48,53
Пицца Аппетитная (колбаса вареная)	100	10,60	15,65	21,65	269,15	53,85
Салат из консервированных огурцов (огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	33,15
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	56,45
Салат Ромашка (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свеж., лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	15,12	4,66	200,72	58,61
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,14
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1	87,35
Биточки из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	125,26
Манты с говядиной с маслом	107	13,96	6,21	17,78	218,54	91,42
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	41,67
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	128,86
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	29,04
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	15,33
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,83
Буфет						
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
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
Мок-мок Батончик банановое суфле, 30 гр	30	0,90	4,50	21,30	129,3	38,58
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	14,31
Печенье Чебурашка апельсиновое 180 гр	180	7,00	15,50	64,60	425,9	88,12
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	34,66

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 12.04.2024 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	12,00
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36	19,45
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	82,53
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66	14,73
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:	730	25,72	21,90	102,06	726,5	136,84
Свободный выбор						
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	48,53
Пицца Аппетитная (колбаса вареная)	100	10,60	15,65	21,65	269,15	53,85
Салат из консервированных огурцов (огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	33,15
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	56,45
Салат Ромашка (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свеж., лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	15,12	4,66	200,72	58,61
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,14
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1	87,35
Биточки из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	125,26
Манты с говядиной с маслом	107	13,96	6,21	17,78	218,54	91,42
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	41,67
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	128,86
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	29,04
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	15,33
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,83
Буфет						
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
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
Мок-мок Батончик банановое суфле, 30 гр	30	0,90	4,50	21,30	129,3	38,58
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	14,31
Печенье Чебурашка апельсиновое 180 гр	180	7,00	15,50	64,60	425,9	88,12
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	34,66

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 12.04.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный с ягодой	150	11,76	15,15	40,38	347,03
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	16,61	15,91	104,41	662,51
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный с ягодой	200	15,68	20,20	53,84	462,71
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	19,78	20,83	107,37	721,19
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный с ягодой	150	11,76	15,15	40,38	347,03
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	16,61	15,91	104,41	662,51
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный с ягодой	200	15,68	20,20	53,84	462,71
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	19,78	20,83	107,37	721,19
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9
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:	730	25,72	21,90	102,06	726,5
Дети (12 лет и старше)					
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	5,55	5,80	14,90	117,95
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9
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:	820	27,58	24,72	106,23	795,01

Технолог

Шаньшеров 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 12.04.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный с ягодой	150	11,76	15,15	40,38	347,03
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	16,61	15,91	104,41	662,51
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный с ягодой	200	15,68	20,20	53,84	462,71
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	19,78	20,83	107,37	721,19
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный с ягодой	150	11,76	15,15	40,38	347,03
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	16,61	15,91	104,41	662,51
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный с ягодой	200	15,68	20,20	53,84	462,71
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	19,78	20,83	107,37	721,19
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9
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:	730	25,72	21,90	102,06	726,5
Дети (12 лет и старше)					
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	5,55	5,80	14,90	117,95
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9
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:	820	27,58	24,72	106,23	795,01

Технолог

Шаньшерава Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна