

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 13.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94	34,64
Суп картофельный с клецками	200	1,80	2,64	24,04	134,04	20,16
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63	106,87
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,53
Компот из мандаринов	200	0,43	0,11	24,05	98,74	34,17
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	21,91	24,67	111,78	818,55	232,48
Свободный выбор						
Косичка с маком	100	7,50	5,20	55,50	304	17,46
Сочни с творогом	100	9,60	7,90	35,80	244,1	55,73
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	18,81
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	20,70
Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	105	23,54
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	53,74
Салат Огурчик с яйцом	100	3,00	14,00	2,00	152	35,88
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	11,13
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1	78,86
Говядина по-домашнему	100	15,00	18,00	3,00	234	109,65
Горбуша жареная	100	36,88	16,20	3,56	355,8	80,15
Запеканка картофельная с говядиной	200	15,54	12,03	46,66	366,73	112,81
Котлета по-хлыновски	80	14,40	18,40	5,50	240,48	94,66
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	70,64
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	14,86
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
Буфет						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		35,70
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	27,09
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	19,71
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	13,54
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	17,75
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	33,96

Технолог

Свас

Шаньшерава Инга
Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова

Джамалова Татьяна
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1



Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»



Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 13.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94	34,64
Суп картофельный с клёцками	200	1,80	2,64	24,04	134,04	20,16
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63	106,87
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,53
Компот из мандаринов	200	0,43	0,11	24,05	98,74	34,17
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	21,91	24,67	111,78	818,55	232,48
Свободный выбор						
Косичка с маком	100	7,50	5,20	55,50	304	17,46
Сочни с творогом	100	9,60	7,90	35,80	244,1	55,73
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	18,81
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	20,70
Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	105	23,54
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	53,74
Салат Огурчик с яйцом	100	3,00	14,00	2,00	152	35,88
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	11,13
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1	78,86
Говядина по-домашнему	100	15,00	18,00	3,00	234	109,65
Горбуша жареная	100	36,88	16,20	3,56	355,8	80,15
Запеканка картофельная с говядиной	200	15,54	12,03	46,66	366,73	112,81
Котлета по-хлыновски	80	14,40	18,40	5,50	240,48	94,66
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	70,64
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	14,86
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
Буфет						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		35,70
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	27,09
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	19,71
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	13,54
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	17,75
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	33,96

Технолог



Шаншерова 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 13.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

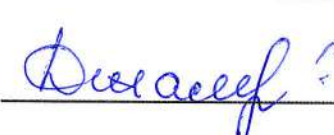
Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Икра кабачковая	60	0,60	4,20	4,20	63
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Макаронные изделия с сыром	200	16,00	15,00	45,00	350
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	530	19,70	19,53	83,67	575,52
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	105
Макаронные изделия с сыром	210	15,75	12,71	33,60	297,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,35	20,04	73,39	553,19
Завтрак льгота					
Дети (12 лет и старше)					
Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	105
Макаронные изделия с сыром	210	15,75	12,71	33,60	297,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,35	20,04	73,39	553,19
Дети (7-11 лет)					
Икра кабачковая	60	0,60	4,20	4,20	63
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Макаронные изделия с сыром	200	16,00	15,00	45,00	350
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	530	19,70	19,53	83,67	575,52
Обед льгота					
Дети (12 лет и старше)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Суп картофельный с клёцками	250	2,30	3,30	30,05	167,55
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Капуста свежая тушёная	180	4,32	6,00	18,96	146,4
Компот из мандаринов	200	0,43	0,11	24,05	98,74
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	24,59	31,56	123,23	936,42
Дети (7-11 лет)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Суп картофельный с клёцками	200	1,80	2,64	24,04	134,04
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122
Компот из мандаринов	200	0,43	0,11	24,05	98,74
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	21,91	24,67	111,78	818,55

Технолог



Шаншерова 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 13.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Икра кабачковая	60	0,60	4,20	4,20	63
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Макаронные изделия с сыром	200	16,00	15,00	45,00	350
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	530	19,70	19,53	83,67	575,52
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	105
Макаронные изделия с сыром	210	15,75	12,71	33,60	297,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,35	20,04	73,39	553,19
Завтрак льгота					
Дети (12 лет и старше)					
Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	105
Макаронные изделия с сыром	210	15,75	12,71	33,60	297,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,35	20,04	73,39	553,19
Дети (7-11 лет)					
Икра кабачковая	60	0,60	4,20	4,20	63
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Макаронные изделия с сыром	200	16,00	15,00	45,00	350
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	530	19,70	19,53	83,67	575,52
Обед льгота					
Дети (12 лет и старше)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Суп картофельный с клецками	250	2,30	3,30	30,05	167,55
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Капуста свежая тушёная	180	4,32	6,00	18,96	146,4
Компот из мандаринов	200	0,43	0,11	24,05	98,74
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	24,59	31,56	123,23	936,42
Дети (7-11 лет)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Суп картофельный с клецками	200	1,80	2,64	24,04	134,04
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122
Компот из мандаринов	200	0,43	0,11	24,05	98,74
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	21,91	24,67	111,78	818,55

Технолог

Свад

Шаньшеровва Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джафаров

Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1



Шахматова Н.В.



МЕНЮ
на 13.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

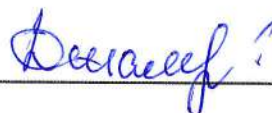
Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Икра кабачковая	60	0,60	4,20	4,20	63
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Макаронные изделия с сыром	200	16,00	15,00	45,00	350
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	530	19,70	19,53	83,67	575,52
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	105
Макаронные изделия с сыром	210	15,75	12,71	33,60	297,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,35	20,04	73,39	553,19
Завтрак льгота					
Дети (12 лет и старше)					
Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	105
Макаронные изделия с сыром	210	15,75	12,71	33,60	297,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,35	20,04	73,39	553,19
Дети (7-11 лет)					
Икра кабачковая	60	0,60	4,20	4,20	63
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Макаронные изделия с сыром	200	16,00	15,00	45,00	350
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	530	19,70	19,53	83,67	575,52
Обед льгота					
Дети (12 лет и старше)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Суп картофельный с клёцками	250	2,30	3,30	30,05	167,55
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Капуста свежая тушёная	180	4,32	6,00	18,96	146,4
Компот из мандаринов	200	0,43	0,11	24,05	98,74
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	24,59	31,56	123,23	936,42
Дети (7-11 лет)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Суп картофельный с клёцками	200	1,80	2,64	24,04	134,04
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122
Компот из мандаринов	200	0,43	0,11	24,05	98,74
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	21,91	24,67	111,78	818,55

Технолог



Шаньшеровая 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 13.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

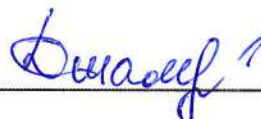
Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Икра кабачковая	60	0,60	4,20	4,20	63
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Макаронные изделия с сыром	200	16,00	15,00	45,00	350
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	530	19,70	19,53	83,67	575,52
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	105
Макаронные изделия с сыром	210	15,75	12,71	33,60	297,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,35	20,04	73,39	553,19
Завтрак льгота					
Дети (12 лет и старше)					
Икра кабачковая	100	1,00	7,00	7,00	105
Макаронные изделия с сыром	210	15,75	12,71	33,60	297,67
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,35	20,04	73,39	553,19
Дети (7-11 лет)					
Икра кабачковая	60	0,60	4,20	4,20	63
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Макаронные изделия с сыром	200	16,00	15,00	45,00	350
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	530	19,70	19,53	83,67	575,52
Обед льгота					
Дети (12 лет и старше)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Суп картофельный с клёцками	250	2,30	3,30	30,05	167,55
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Капуста свежая тушёная	180	4,32	6,00	18,96	146,4
Компот из мандаринов	200	0,43	0,11	24,05	98,74
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	24,59	31,56	123,23	936,42
Дети (7-11 лет)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Суп картофельный с клёцками	200	1,80	2,64	24,04	134,04
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122
Компот из мандаринов	200	0,43	0,11	24,05	98,74
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	21,91	24,67	111,78	818,55

Технолог



Шаньшерава Инга
Геннадьевна

Заведующий столовой



Джамалова
Татьяна
Николаевна