

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":  
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 15.04.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94	27,18
Суп Весенний со сметаной	210	3,99	2,65	10,02	94,28	45,80
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63	125,26
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,25
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	30,68
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	24,37	24,07	105,40	813,74	257,30
<b>Свободный выбор</b>						
Сосиска запеченная в тесте	100	12,00	17,90	21,80	285,8	53,13
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	22,17
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	19,89
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	65,50
Салат Снежинка (рис, яйцо, колбаса вар, перец сладкий, масло раст.)	100	5,00	23,00	26,00	327	46,95
Бифбургер	200	19,38	35,50	28,50	512,25	136,08
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	41,67
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	82,53
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	128,86
Столбы из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	111,56
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	79,76
Картофель запеченный	150	4,17	8,33	33,33	223,33	22,11
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,83
<b>Буфет</b>						
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 15.04.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94	27,18
Суп Весенний со сметаной	210	3,99	2,65	10,02	94,28	45,80
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63	125,26
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,25
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	30,68
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	24,37	24,07	105,40	813,74	257,30
<b>Свободный выбор</b>						
Сосиска запеченная в тесте	100	12,00	17,90	21,80	285,8	53,13
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	22,17
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	19,89
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	65,50
Салат Снежинка (рис, яйцо, колбаса вар, перец сладкий, масло раст.)	100	5,00	23,00	26,00	327	46,95
Бифбургер	200	19,38	35,50	28,50	512,25	136,08
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	41,67
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	82,53
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	128,86
Столжки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	111,56
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	79,76
Картофель запеченный	150	4,17	8,33	33,33	223,33	22,11
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,83
<b>Буфет</b>						
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

Шаньшерова 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 15.04.2024 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 пшённая вязкая с маслом	160	6,48	7,62	36,14	243
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	19,55	18,04	86,94	579,23
<b>Завтрак платно</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	210	8,50	10,00	47,43	318,94
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	21,07	20,42	94,48	636,17
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети (7-11 лет)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	160	6,48	7,62	36,14	243
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	19,55	18,04	86,94	579,23
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	210	8,50	10,00	47,43	318,94
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	21,07	20,42	94,48	636,17
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети (7-11 лет)</b>					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Суп Весенний со сметаной	210	3,99	2,65	10,02	94,28
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69
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	24,37	24,07	105,40	813,74
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Суп Весенний со сметаной	260	4,94	3,28	12,41	116,72
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Рис припущенный	180	3,96	5,40	32,99	196,43
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	27,44	30,83	115,57	928,88

Технолог

Шаньшерова Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна

"Согласовано"

Директор ЛГ МАOU СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

## МЕНЮ

на 15.04.2024 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 пшённая вязкая с маслом	160	6,48	7,62	36,14	243
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	19,55	18,04	86,94	579,23
<b>Завтрак платно</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	210	8,50	10,00	47,43	318,94
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	21,07	20,42	94,48	636,17
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	160	6,48	7,62	36,14	243
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	19,55	18,04	86,94	579,23
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная пшённая вязкая с маслом	210	8,50	10,00	47,43	318,94
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	21,07	20,42	94,48	636,17
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Суп Весенний со сметаной	210	3,99	2,65	10,02	94,28
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69
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	24,37	24,07	105,40	813,74
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Суп Весенний со сметаной	260	4,94	3,28	12,41	116,72
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63
Рис припущенный	180	3,96	5,40	32,99	196,43
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	27,44	30,83	115,57	928,88

Технолог

Шаньшерева Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна