

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1



Шахматова Н.В.

"Утверждаю":
Заместитель директора по производству ООО
«АВОКАДО»
Джафаров Г.Т.



МЕНЮ

на 18.01.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

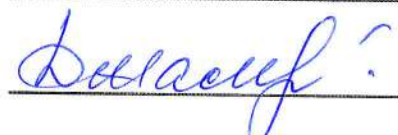
Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	60	1,38	7,80	4,02	64,3	11,57
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6	13,61
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	58,22
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	16,13
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44	19,03
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:	770	25,34	27,65	117,25	822,5	126,25
Свободный выбор						
Ватрушка с творогом	75	10,00	4,00	32,70	208,5	24,79
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	18,15
Эчпочмак песочный	100	8,97	9,50	28,05	236,19	61,57
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	19,43
Салат Городской (говядина, огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	9,30	8,65	6,30	138,82	78,65
Салат Дружба (кукуруза конс., крабовые палочки, огурцы свежие, лук репчатый, масло раст.)	100	5,10	2,90	8,60	81,6	55,12
Салат Снежинка (рис, яйцо, сосиски, перец сладкий, масло раст.)	100	2,80	23,60	8,60	169	34,53
Салат Чуйский (морковь, лук репч., чеснок, масло раст.)	100	1,40	6,20	6,90	90	13,15
Говядина Праздничная	100	2,06	5,57	8,31	120,57	100,67
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	84,53
Котлета из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	87,94
Печень Бризол	100	17,20	6,00	1,70	130,4	82,50
Стожки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	81,14
Каша перловая рассыпчатая	150	4,50	4,50	32,25	186	11,14
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,16

Технолог



Шаньшерова Инга
Геннадьевна

Заведующий столовой



Джамалова Татьяна
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

 Шахматова Н.В.

Заместитель директора по производству ООО «АВОКАДО»




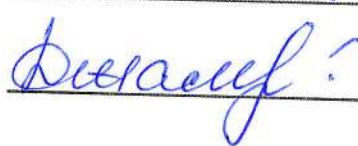
"Утверждаю":
Джафаров Г.Т.

МЕНЮ
на 18.01.2024 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	11,57
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6	13,61
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	58,22
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	16,13
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44	19,03
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:	770	25,34	27,65	117,25	822,5	126,25
Свободный выбор						
Ватрушка с творогом	75	10,00	4,00	32,70	208,5	24,79
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	18,15
Эчпочмак песочный	100	8,97	9,50	28,05	236,19	61,57
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	19,43
Салат Городской (говядина, огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	9,30	8,65	6,30	138,82	78,65
Салат Дружба (кукуруза конс., крабовые палочки, огурцы свежие, лук репчатый, масло раст.)	100	5,10	2,90	8,60	81,6	55,12
Салат Снежинка (рис, яйцо, сосиски, перец сладкий, масло раст.)	100	2,80	23,60	8,60	169	34,53
Салат Чуйский (морковь, лук репч., чеснок, масло раст.)	100	1,40	6,20	6,90	90	13,15
Говядина Праздничная	100	2,06	5,57	8,31	120,57	100,67
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	84,53
Котлета из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	87,94
Печень Бризоль	100	17,20	6,00	1,70	130,4	82,50
Стожки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	81,14
Каша перловая рассыпчатая	150	4,50	4,50	32,25	186	11,14
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,16

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерова Инга Геннадьевна

Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.



МЕНЮ
на 18.01.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	160	6,48	9,00	36,14	238,5
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	150	2,25	0,38	31,50	171
Итого:	565	18,51	19,28	98,55	647,31
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	210	8,64	12,00	50,86	318
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	100	1,50	0,25	21,00	114
Итого:	565	19,92	22,15	102,77	669,81
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	160	6,48	9,00	36,14	238,5
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	150	2,25	0,38	31,50	171
Итого:	565	18,51	19,28	98,55	647,31
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	210	8,64	12,00	50,86	318
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	100	1,50	0,25	21,00	114
Итого:	565	19,92	22,15	102,77	669,81
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 с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	25,34	27,65	117,25	822,5
Дети (12 лет и старше)					
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	100	2,30	15,01	9,80	180,6
Суп с макаронными изделиями	250	3,00	6,00	14,80	119,5
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,10	4,14	45,00	237,6
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	28,21	36,75	133,49	1002,3

Технолог

Заведующий столовой

Шахматова Н.В.
Шафаров Е.Т.

Шаньшерева 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 18.01.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	160	6,48	9,00	36,14	238,5
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	150	2,25	0,38	31,50	171
Итого:	565	18,51	19,28	98,55	647,31
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	210	8,64	12,00	50,86	318
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	100	1,50	0,25	21,00	114
Итого:	565	19,92	22,15	102,77	669,81
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	160	6,48	9,00	36,14	238,5
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	150	2,25	0,38	31,50	171
Итого:	565	18,51	19,28	98,55	647,31
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная манная с маслом	210	8,64	12,00	50,86	318
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Яблоко свежее	100	1,50	0,25	21,00	114
Итого:	565	19,92	22,15	102,77	669,81
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 с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	25,34	27,65	117,25	822,5
Дети (12 лет и старше)					
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	100	2,30	15,01	9,80	180,6
Суп с макаронными изделиями	250	3,00	6,00	14,80	119,5
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,10	4,14	45,00	237,6
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	28,21	36,75	133,49	1 002,3

Технолог

Сващ

Шаньшерава Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джафаров

Джамалова Татьяна Николаевна