

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"
Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Утверждаю:
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 18.03.2024 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	34,16
Суп Весенний со сметаной	210	3,99	2,65	10,02	94,28	39,23
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63	116,30
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,16
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	19,12
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	237,08
Свободный выбор						
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	20,36
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	37,15
Салат Снежинка (рис, яйцо, колбаса вар, перец сладкий, масло раст.)	100	5,00	23,00	26,00	327	43,03
Бифбургер	200	19,38	35,50	28,50	512,25	125,07
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	42,57
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	79,10
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	121,04
Стожки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	101,93
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	75,47
Картофель запеченный	150	4,17	8,33	33,33	223,33	18,93
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
Батончики Чебурашка 40 гр	40	1,60	9,20	24,80	188,4	39,06
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	19,71
Воздушные зерна риса в сахарном сиропе 30 гр	30	1,05	0,60	25,80	112,8	16,76
Воздушные зерна риса с цукатами 35 гр	35	1,22	0,70	25,55	113,38	24,26
Зефир ванильный в шоколаде 170 гр	170	1,70	5,47	124,00	552,03	94,18
Крекер Нежный 220 гр	220	8,50	21,10	60,00	463,9	68,46
Кукурузные палочки 60 гр	60	1,32	0,18	47,40	196,5	52,32
Кукурузные палочки 80 гр	80	1,76	0,24	63,20	262	42,94
Ломтишка глазированный 30 гр	30	1,65	7,50	15,60	136,5	22,74
Мармелад Левушка 70 гр	70	3,99	0,14	51,73	224,14	42,56
Мармелад Чебурашка витаминизированный 70 гр	70	3,85	0,07	51,10	220,43	64,76
Палочки солёные 75 гр	75	7,12	4,50	54,00	284,98	36,64
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	13,54
Печенье злаковое 120 гр	120	9,60	19,20	80,40	532,8	55,05
Печенье сахарное Чебурашка 175 гр	175	12,77	18,90	122,67	711,86	77,53
Печенье Чебурашка апельсиновое 180 гр	180	7,00	15,50	64,60	425,9	88,12
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

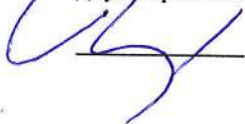
Заведующий столовой

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.

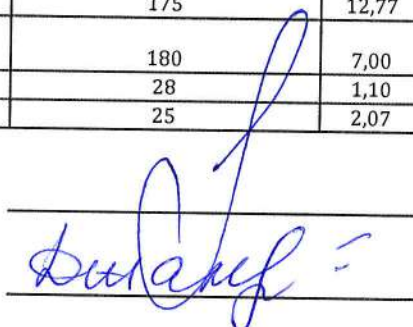
МЕНЮ

на 18.03.2024 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	34,16
Суп Весенний со сметаной	210	3,99	2,65	10,02	94,28	39,23
Шницель из говядины	100	9,90	8,50	17,70	240,63	116,30
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,16
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	19,12
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	237,08
Свободный выбор						
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3	20,36
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	37,15
Салат Снежинка (рис, яйцо, колбаса вар, перец сладкий, масло раст.)	100	5,00	23,00	26,00	327	43,03
Бифбургер	200	19,38	35,50	28,50	512,25	125,07
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	42,57
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	79,10
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	121,04
Столбики из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	101,93
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	75,47
Картофель запеченный	150	4,17	8,33	33,33	223,33	18,93
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
Батончики Чебурашка 40 гр	40	1,60	9,20	24,80	188,4	39,06
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	19,71
Воздушные зерна риса в сахарном сиропе 30 гр	30	1,05	0,60	25,80	112,8	16,76
Воздушные зерна риса с цукатами 35 гр	35	1,22	0,70	25,55	113,38	24,26
Зефир ванильный в шоколаде 170 гр	170	1,70	5,47	124,00	552,03	94,18
Крекер Нежный 220 гр	220	8,50	21,10	60,00	463,9	68,46
Кукурузные палочки 60 гр	60	1,32	0,18	47,40	196,5	52,32
Кукурузные палочки 80 гр	80	1,76	0,24	63,20	262	42,94
Ломтишка глазированный 30 гр	30	1,65	7,50	15,60	136,5	22,74
Мармелад Левушка 70 гр	70	3,99	0,14	51,73	224,14	42,56
Мармелад Чебурашка витаминизированный 70 гр	70	3,85	0,07	51,10	220,43	64,76
Палочки солёные 75 гр	75	7,12	4,50	54,00	284,98	36,64
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	13,54
Печенье злаковое 120 гр	120	9,60	19,20	80,40	532,8	55,05
Печенье сахарное Чебурашка 175 гр	175	12,77	18,90	122,67	711,86	77,53
Печенье Чебурашка апельсиновое 180 гр	180	7,00	15,50	64,60	425,9	88,12
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

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
Т.Т.

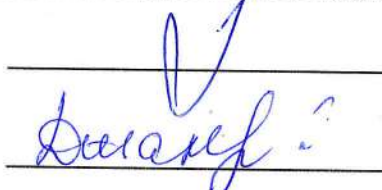
МЕНЮ

на 18.03.2024 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 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
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
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
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
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
Дети (12 лет и старше)					
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
Обед льгота					
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 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
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 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

Заведующий столовой



Шаншерова 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 18.03.2024 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 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
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
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
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
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
Дети (12 лет и старше)					
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
Обед льгота					
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 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
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 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

Заведующий столовой

Шаньшеровва Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна