

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Утверждаю:  
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 20.05.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	60	2,19	5,30	3,41	89,94	31,93
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,50	11,45	108,48	24,92
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	72,29
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	15,33
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	20,30
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	26,70	21,32	112,45	807,62	172,89
<b>Свободный выбор</b>						
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	48,54
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	21,34
Салат Домашний (говядина, картофель, морковь, огурцы конс., горошек конс., яйцо, масло раст.)	100	6,15	23,40	26,11	262,21	55,81
Салат из консервированных огурцов (огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	34,70
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	25,64
Голубцы с томатным соусом	200	12,66	7,98	18,78	197,5	105,37
Котлета по-хлыновски	80	14,40	18,40	5,50	240,48	95,62
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	40,81
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	75,07
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	112,28
Брокколи запечённая с сыром, сметаной	150	1,20	2,55	4,35	109,86	79,98
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,83
<b>Буфет</b>						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		39,73
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	27,55
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	20,86
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	13,58
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	36,09

Технолог

Шаньшерева Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 20.05.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	60	2,19	5,30	3,41	89,94	31,93
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,50	11,45	108,48	24,92
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	72,29
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	15,33
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	20,30
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	26,70	21,32	112,45	807,62	172,89
<b>Свободный выбор</b>						
Кекс Творожный	75	5,30	9,50	40,50	251,3	48,54
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	21,34
Салат Домашний (говядина, картофель, морковь, огурцы конс., горошек конс., яйцо, масло раст.)	100	6,15	23,40	26,11	262,21	55,81
Салат из консервированных огурцов (огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	34,70
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	25,64
Голубцы с томатным соусом	200	12,66	7,98	18,78	197,5	105,37
Котлета по-хлыновски	80	14,40	18,40	5,50	240,48	95,62
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	40,81
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	75,07
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	112,28
Брокколи запечённая с сыром, сметаной	150	1,20	2,55	4,35	109,86	79,98
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,83
<b>Буфет</b>						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		39,73
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	27,55
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	20,86
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	13,58
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	36,09

Технолог

Шаньшерава Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

**МЕНЮ**

на 20.05.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1



Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак ФБ</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная рисовая с маслом	160	5,25	9,00	36,00	238,5
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	550	11,75	19,42	87,59	570,29
<b>Завтрак платно</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная рисовая с маслом	210	7,00	12,00	48,00	318
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	550	13,00	22,42	95,84	630,79
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная рисовая с маслом	160	5,25	9,00	36,00	238,5
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	550	11,75	19,42	87,59	570,29
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная рисовая с маслом	210	7,00	12,00	48,00	318
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	550	13,00	22,42	95,84	630,79
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	60	2,19	5,30	3,41	89,94
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,50	11,45	108,48
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
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	26,70	21,32	112,45	807,62
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	100	3,65	8,83	5,68	149,9
Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,75	4,38	18,06	135,6
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,10	4,14	45,00	237,6
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	30,06	26,42	128,83	934,3

Технолог

Шаньшерава Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"  
 Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1  
 Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»  
 Джафаров Г.Т.



**МЕНЮ**  
 на 20.05.2024 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>					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная рисовая с маслом	160	5,25	9,00	36,00	238,5
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	550	11,75	19,42	87,59	570,29
<b>Завтрак платно</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная рисовая с маслом	210	7,00	12,00	48,00	318
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	550	13,00	22,42	95,84	630,79
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная рисовая с маслом	160	5,25	9,00	36,00	238,5
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	150	1,50	0	11,25	57
Итого:	550	11,75	19,42	87,59	570,29
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная рисовая с маслом	210	7,00	12,00	48,00	318
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Мандарины	100	1,00	0	7,50	38
Итого:	550	13,00	22,42	95,84	630,79
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети ( 7-11 лет)</b>					
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	60	2,19	5,30	3,41	89,94
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,50	11,45	108,48
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
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	26,70	21,32	112,45	807,62
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	100	3,65	8,83	5,68	149,9
Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,75	4,38	18,06	135,6
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,10	4,14	45,00	237,6
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	30,06	26,42	128,83	934,3

Технолог  
 Заведующий столовой

Шаньшеровна Инга Геннадьевна

*Джамалова*  
 Джамалова Татьяна Николаевна