

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ
на 21.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,20	6,00	6,00	82,2	7,48
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72	18,22
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62	65,36
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	22,68
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44	10,50
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	21,60	25,26	104,20	769,78	132,36
Свободный выбор						
Пицца Школьная (сосиски)	100	15,00	14,00	36,00	302	45,36
Сосиска запеченная в тесте	100	12,00	17,90	21,80	285,8	53,14
Сочни с творогом	100	9,60	7,90	35,80	244,1	55,48
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137	12,46
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	54,85
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,15
Горбуша жареная	100	36,88	16,20	3,56	355,8	74,12
Печень жареная	100	26,50	4,70	5,20	175	96,64
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	98,00
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	64,13
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	95,23
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,20
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	16,13
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		40,80
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	30,96
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	22,53
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	16,35
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	20,29
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	38,82

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 21.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,20	6,00	6,00	82,2	7,48
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72	18,22
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62	65,36
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	22,68
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44	10,50
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	21,60	25,26	104,20	769,78	132,36
Свободный выбор						
Пицца Школьная (сосиски)	100	15,00	14,00	36,00	302	45,36
Сосиска запеченная в тесте	100	12,00	17,90	21,80	285,8	53,14
Сочни с творогом	100	9,60	7,90	35,80	244,1	55,48
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137	12,46
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	54,85
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,15
Горбуша жареная	100	36,88	16,20	3,56	355,8	74,12
Печень жареная	100	26,50	4,70	5,20	175	96,64
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	98,00
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	64,13
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	95,23
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,20
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	16,13
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		40,80
Сок фруктовый 0,2 л, шт	200	1,00	0,20	20,20	92	30,96
Вафли 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	22,53
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	16,35
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	20,29
Шоколад 25 гр, шт	25	2,07	5,75	11,36	107,05	38,82

Технолог

Заведующий столовой



Шаньшерова Инга
Геннадьевна

Джамалова Татьяна
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.



МЕНЮ
на 21.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Поджаренная из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	530	20,23	18,65	84,53	631,61
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Каша гречневая рассыпчатая	200	9,00	4,60	50,00	264
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	550	21,98	19,80	95,35	685,61
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Поджаренная из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	530	20,23	18,65	84,53	631,61
Дети (12 лет и старше)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Каша гречневая рассыпчатая	200	9,00	4,60	50,00	264
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	550	21,98	19,80	95,35	685,61
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,20	6,00	6,00	82,2
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	21,60	25,26	104,20	769,78
Дети (12 лет и старше)					
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137
Суп кудрявый	250	1,30	3,32	34,70	158,4
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62
Пюре картофельное	180	3,80	5,36	24,91	183,13
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	23,30	30,83	119,29	886,79

Технолог

Шаньшерава Инга
Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова
Татьяна
Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1


Шахматова Н.В.

ОГРН 1228400000000
"Утверждаю":
Заместитель директора ООО
«АВОКАДО»
Джафаров Г.Т.




МЕНЮ
на 21.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	530	20,23	18,65	84,53	631,61
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Каша гречневая рассыпчатая	200	9,00	4,60	50,00	264
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	550	21,98	19,80	95,35	685,61
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,50	0	1,68	12
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	530	20,23	18,65	84,53	631,61
Дети (12 лет и старше)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Сосиски отварные	100	11,00	8,50	11,00	206
Каша гречневая рассыпчатая	200	9,00	4,60	50,00	264
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Итого:	550	21,98	19,80	95,35	685,61
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,20	6,00	6,00	82,2
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	770	21,60	25,26	104,20	769,78
Дети (12 лет и старше)					
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137
Суп кудрявый	250	1,30	3,32	34,70	158,4
Печень-по строгановски	100	11,32	11,58	5,03	139,62
Пюре картофельное	180	3,80	5,36	24,91	183,13
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	890	23,30	30,83	119,29	886,79

Технолог

Заведующий столовой



Шаньшеровая Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна