

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ
на 22.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38	11,82
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6	13,92
Запеканка рисовая с рыбой (минтай)	200	16,10	17,05	37,45	321,38	58,45
Напиток лимонный	200	0,25	0,03	22,80	92,44	13,33
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:	720	23,85	24,94	100,67	710	105,64
Свободный выбор						
Ватрушка с творогом	75	10,00	4,00	32,70	208,5	24,41
Сырная палочка	75	13,70	23,30	14,60	324,8	21,38
Эчпочмак песочный	100	8,97	9,50	28,05	236,19	68,34
Салат Дружба (кукуруза конс., крабовые палочки, огурцы свежие, лук репчатый, масло раст.)	100	5,10	2,90	8,60	81,6	54,55
Салат Незнайка (капуста свежая б/к, огурцы свежие, масло раст.)	100	1,00	15,00	9,00	176	24,39
Салат Снежинка (рис, яйцо, сосиски, перец сладкий, масло раст.)	100	5,00	23,00	26,00	327	39,63
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,28
Бифбургер	200	19,38	35,50	28,50	512,25	119,55
Говядина Праздничная	100	19,00	20,00	8,31	256	124,82
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	109,44
Котлета из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	107,19
Рыба Appetitная (горбуша)	100	15,13	13,29	5,66	207,37	43,16
Стожки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	98,60
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	70,34
Каша перловая рассыпчатая	150	4,50	4,50	32,25	186	10,78
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
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

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровна Инга
Геннадьевна

Джамалова Татьяна
Николаевна

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

ООО «АВОКАДО»

Утверждаю":
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ
на 22.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Винегрет овощной	60					
Суп с макаронными изделиями	200	1,11	2,49	1,79	67,38	11,82
Запеканка рисовая с рыбой (минтай)	200	2,40	4,80	11,84	95,6	13,92
Напиток лимонный	200	16,10	17,05	37,45	321,38	58,45
Хлеб дарницкий	30	0,25	0,03	22,80	92,44	13,33
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,33	12,30	61,8	3,80
Итого:	720	2,01	0,24	14,49	71,4	4,32
Свободный выбор						
Ватрушка с творогом	75	23,85	24,94	100,67	710	105,64
Сырная палочка	75	10,00	4,00	32,70	208,5	24,41
Эчпочмак песочный	75	13,70	23,30	14,60	324,8	21,38
Салат Дружба (кукуруза конс., крабовые палочки, огурцы свежие, лук репчатый, масло раст.)	100	8,97	9,50	28,05	236,19	68,34
Салат Незнайка (капуста свежая б/к, огурцы свежие, масло раст.)	100	5,10	2,90	8,60	81,6	54,55
Салат Снежинка (рис, яйцо, сосиски, перец сладкий, масло раст.)	100	1,00	15,00	9,00	176	24,39
Свёкла с маслом растительным	100	5,00	23,00	26,00	327	39,63
Бифбургер	100	1,00	10,00	8,00	129	10,28
Говядина Праздничная	200	19,38	35,50	28,50	512,25	119,55
Гуляш из говядины	100	19,00	20,00	8,31	256	124,82
Котлета из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	109,44
Рыба Аппетитная (горбуша)	100	9,90	10,05	15,55	240,63	107,19
Столбики из говядины	100	15,13	13,29	5,66	207,37	43,16
Тефтели в соусе	100	10,40	9,60	4,80	146,9	98,60
Каша перловая рассыпчатая	150	10,57	11,00	14,30	238,96	70,34
Макаронные изделия отварные	150	4,50	4,50	32,25	186	10,78
Рис припущенный	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
Итого:	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,16
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

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровва 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 22.02.2024 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 из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	150	0,57	0,47	16,35	63
Итого:	565	16,83	16,64	83,40	543,81
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	100	0,38	0,31	10,90	42
Итого:	565	18,66	18,44	89,24	598,75
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	150	0,57	0,47	16,35	63
Итого:	565	16,83	16,64	83,40	543,81
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	100	0,38	0,31	10,90	42
Итого:	565	18,66	18,44	89,24	598,75
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6
Запеканка рисовая с рыбой (минтай)	200	16,10	17,05	37,45	321,38
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:	720	23,85	24,94	100,67	710
Дети (12 лет и старше)					
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3
Суп с макаронными изделиями	250	3,00	6,00	14,80	119,5
Запеканка рисовая с рыбой (минтай)	200	16,10	17,05	37,45	321,38
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:	810	25,20	27,80	104,82	778,82

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 22.02.2024 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 из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	150	0,57	0,47	16,35	63
Итого:	565	16,83	16,64	83,40	543,81
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	100	0,38	0,31	10,90	42
Итого:	565	18,66	18,44	89,24	598,75
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	150	0,57	0,47	16,35	63
Итого:	565	16,83	16,64	83,40	543,81
Дети (12 лет и старше)					
Сыр порциями	25	6,78	8,00	0	80,23
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,18	86,18
Батон пшеничный	30	1,40	0,30	14,73	71,4
Груши свежие	100	0,38	0,31	10,90	42
Итого:	565	18,66	18,44	89,24	598,75
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Винегрет овощной	60	1,11	2,49	1,79	67,38
Суп с макаронными изделиями	200	2,40	4,80	11,84	95,6
Запеканка рисовая с рыбой (минтай)	200	16,10	17,05	37,45	321,38
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:	720	23,85	24,94	100,67	710
Дети (12 лет и старше)					
Винегрет овощной	100	1,86	4,15	2,98	112,3
Суп с макаронными изделиями	250	3,00	6,00	14,80	119,5
Запеканка рисовая с рыбой (минтай)	200	16,10	17,05	37,45	321,38
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:	810	25,20	27,80	104,82	778,82

Технолог

Заведующий столовой

Шаншерова Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна