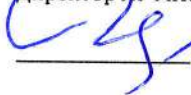


ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1



Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»



Джафаров Г.Т.

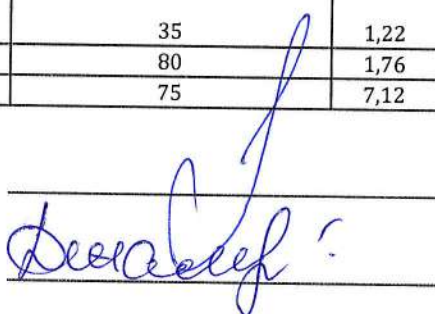
МЕНЮ

на 22.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из редиса с огурцом	60	0,60	5,99	2,20	79,25	28,23
Суп гороховый с гренками	215	3,40	3,80	22,65	99,6	17,15
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1	85,95
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66	11,58
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:	735	25,57	21,16	94,00	747,81	151,03
Свободный выбор						
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	37,15
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	49,86
Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	3,00	107	55,31
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	11,68
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	127,44
Запеканка картофельная с говядиной	200	17,44	23,82	46,66	439,68	124,24
Рыба Аппетитная (горбуша)	100	15,13	13,29	5,66	207,37	45,24
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	79,40
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,66
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,49
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	23,02
Буфет						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		55,99
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
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
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
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
Воздушные зерна риса в сахарном сиропе 30 гр	30	1,05	0,60	25,80	112,8	0,50
Воздушные зерна риса с цукатами 35 гр	35	1,22	0,70	25,55	113,38	0,85
Кукурузные палочки 80 гр	80	1,76	0,24	63,20	262	3,44
Палочки солёные 75 гр	75	7,12	4,50	54,00	284,98	2,75

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.

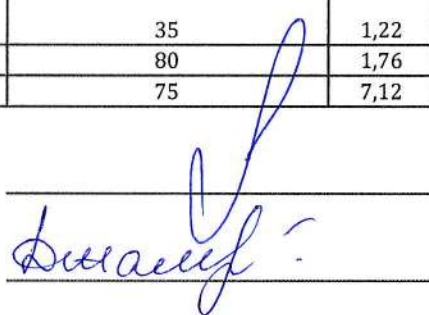
МЕНЮ

на 22.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из редиса с огурцом	60	0,60	5,99	2,20	79,25	28,23
Суп гороховый с гренками	215	3,40	3,80	22,65	99,6	17,15
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1	85,95
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66	11,58
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:	735	25,57	21,16	94,00	747,81	151,03
Свободный выбор						
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	37,15
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	49,86
Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	3,00	107	55,31
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	11,68
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	127,44
Запеканка картофельная с говядиной	200	17,44	23,82	46,66	439,68	124,24
Рыба Аппетитная (горбуша)	100	15,13	13,29	5,66	207,37	45,24
Тефтели в соусе	100	10,57	8,50	13,30	186	79,40
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	28,66
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,49
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	23,02
Буфет						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		55,99
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
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
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
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
Воздушные зерна риса в сахарном сиропе 30 гр	30	1,05	0,60	25,80	112,8	0,50
Воздушные зерна риса с цукатами 35 гр	35	1,22	0,70	25,55	113,38	0,85
Кукурузные палочки 80 гр	80	1,76	0,24	63,20	262	3,44
Палочки солёные 75 гр	75	7,12	4,50	54,00	284,98	2,75

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

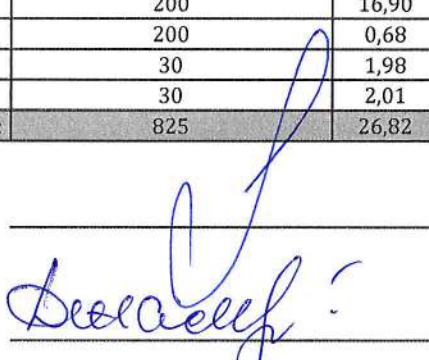
на 22.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный	150	14,07	16,27	39,60	309,93
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	170	2,55	0,43	35,70	193,8
Итого:	550	18,92	17,03	103,63	625,41
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный	200	18,76	21,72	52,80	413,24
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Яблоко свежее	120	1,80	0,30	25,20	136,8
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	580	24,96	22,68	119,62	736,22
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный	150	14,07	16,27	39,60	309,93
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	170	2,55	0,43	35,70	193,8
Итого:	550	18,92	17,03	103,63	625,41
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный	200	18,76	21,72	52,80	413,24
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Яблоко свежее	120	1,80	0,30	25,20	136,8
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	22,86	22,35	106,33	671,72
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из редиса с огурцом	60	0,60	5,99	2,20	79,25
Суп гороховый с гречками	215	3,40	3,80	22,65	99,6
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	735	25,57	21,16	94,00	747,81
Дети (12 лет и старше)					
Салат из редиса с огурцом	100	1,00	9,98	3,67	132,08
Суп гороховый с гречками	265	4,25	4,75	28,32	124,5
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	825	26,82	26,10	101,14	825,54

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
Д.Т.

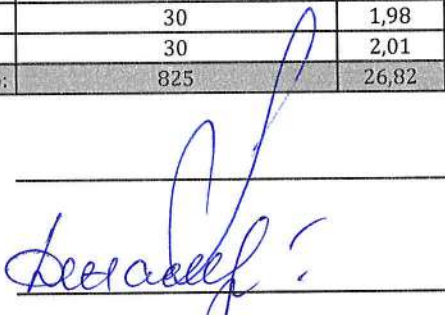
МЕНЮ

на 22.03.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный	150	14,07	16,27	39,60	309,93
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	170	2,55	0,43	35,70	193,8
Итого:	550	18,92	17,03	103,63	625,41
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный	200	18,76	21,72	52,80	413,24
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Яблоко свежее	120	1,80	0,30	25,20	136,8
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	580	24,96	22,68	119,62	736,22
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Чизкейк творожный	150	14,07	16,27	39,60	309,93
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Яблоко свежее	170	2,55	0,43	35,70	193,8
Итого:	550	18,92	17,03	103,63	625,41
Дети (12 лет и старше)					
Чизкейк творожный	200	18,76	21,72	52,80	413,24
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Яблоко свежее	120	1,80	0,30	25,20	136,8
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	22,86	22,35	106,33	671,72
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из редиса с огурцом	60	0,60	5,99	2,20	79,25
Суп гороховый с гречками	215	3,40	3,80	22,65	99,6
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	735	25,57	21,16	94,00	747,81
Дети (12 лет и старше)					
Салат из редиса с огурцом	100	1,00	9,98	3,67	132,08
Суп гороховый с гречками	265	4,25	4,75	28,32	124,5
Азу с говядиной	200	16,90	10,80	21,10	346,1
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	825	26,82	26,10	101,14	825,54

Технолог

Заведующий столовой



Шаньшерова Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна