

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1



Шахматова Н.В.

"Утверждаю":

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»



Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

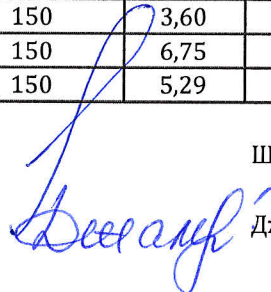
на 24.05.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Свёкла с маслом растительным	60	0,60	6,00	4,80	77,4	16,11
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36	19,12
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	72,42
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,26	89,66	14,32
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:	730	25,21	25,41	105,07	736,52	130,09
Свободный выбор						
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	26,77
Салат из консервированных огурцов (огурцы конс., лук репч., масло раст.)	100	2,79	0	1,29	94,69	34,18
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	54,67
Биточки из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	105,52
Манты с говядиной с маслом	107	13,96	6,21	17,78	218,54	78,72
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	52,55
Печень жареная	100	26,50	4,70	5,20	175	99,19
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	108,16
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	27,49
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	14,38
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	11,94

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерава Инга Геннадьевна



Джамалова Татьяна Николаевна

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Утверждаю:
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джараров Г.Т.

МЕНЮ

на 24.05.2024 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
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	400	8,86	13,00	64,59	422,87
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	450	10,88	14,96	75,88	498,81
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	400	8,86	13,00	64,59	422,87
Дети (12 лет и старше)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	450	10,88	14,96	75,88	498,81
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Свёкла с маслом растительным	60	0,60	6,00	4,80	77,4
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9
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:	730	25,21	25,41	105,07	736,52
Дети (12 лет и старше)					
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	5,55	5,80	14,90	117,95
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9
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:	820	26,72	30,57	111,25	811,71

Технолог

Шаньшерова 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 24.05.2024 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
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	400	8,86	13,00	64,59	422,87
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	450	10,88	14,96	75,88	498,81
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	160	6,48	6,27	36,14	243
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	400	8,86	13,00	64,59	422,87
Дети (12 лет и старше)					
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	6,40	0,12	58,19
Каша молочная из хлопьев овсяных геркулес с маслом	210	8,50	8,23	47,43	318,94
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	450	10,88	14,96	75,88	498,81
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Свёкла с маслом растительным	60	0,60	6,00	4,80	77,4
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9
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:	730	25,21	25,41	105,07	736,52
Дети (12 лет и старше)					
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	5,55	5,80	14,90	117,95
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9
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:	820	26,72	30,57	111,25	811,71

Технолог

Шаньшерова Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна

Джафаров Г.Т.