

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.



МЕНЮ

на 27.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат Свекольный (свекла, огурцы конс., масло раст.)	60	1,04	8,91	4,36	101,94	10,29
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36	17,91
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	109,44
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,16
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	24,45	100	15,68
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	26,95	27,00	101,52	777,69	181,60
<b>Свободный выбор</b>						
Сосиска запеченная в тесте	100	12,00	17,90	21,80	285,8	53,14
Эчпочмак песочный	100	8,97	9,50	28,05	236,19	68,34
Огурцы консервированные порциями	100	1,30	0,30	5,30	31	40,04
Салат из квашеной капусты	100	1,45	19,87	4,25	126,37	27,90
Салат Огурчик с яйцом	100	3,00	14,00	2,00	152	52,72
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,28
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	109,44
Бифбургер	200	19,38	35,50	28,50	512,25	118,95
Запеканка картофельная с говядиной	200	15,54	12,03	46,66	366,73	109,91
Зразы рубленые	100	14,60	16,60	14,80	267,5	87,68
Печень Бризоль	100	17,20	6,00	1,70	130,4	84,74
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	73,84
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,16
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
<b>Буфет</b>						
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
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

*[Handwritten signature]*

Шаньшеровва Инга Геннадьевна

Джамалова Татьяна Николаевна



ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

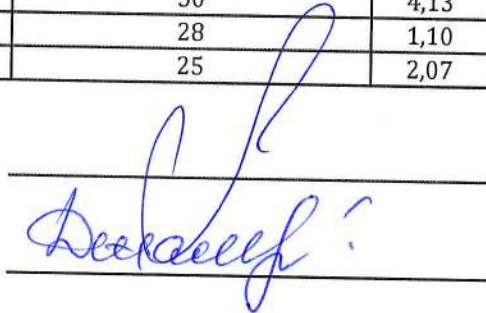
МЕНЮ

на 27.02.2024 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
<b>Комплексный обед</b>						
Салат Свекольный (свекла, огурцы конс., масло раст.)	60	1,04	8,91	4,36	101,94	10,29
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36	17,91
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	109,44
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,16
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	24,45	100	15,68
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	26,95	27,00	101,52	777,69	181,60
<b>Свободный выбор</b>						
Сосиска запеченная в тесте	100	12,00	17,90	21,80	285,8	53,14
Эчпочмак песочный	100	8,97	9,50	28,05	236,19	68,34
Огурцы консервированные порциями	100	1,30	0,30	5,30	31	40,04
Салат из квашеной капусты	100	1,45	19,87	4,25	126,37	27,90
Салат Огурчик с яйцом	100	3,00	14,00	2,00	152	52,72
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	10,28
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5	109,44
Бифбургер	200	19,38	35,50	28,50	512,25	118,95
Запеканка картофельная с говядиной	200	15,54	12,03	46,66	366,73	109,91
Зразы рубленые	100	14,60	16,60	14,80	267,5	87,68
Печень Бризолъ	100	17,20	6,00	1,70	130,4	84,74
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	73,84
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,16
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
<b>Буфет</b>						
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
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



Шаньшеровна 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 27.02.2024 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>					
Салат из свежих огурцов (огурцы свеж., лук репч., масло раст.)	60	0,56	5,97	2,27	65,55
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	14,00	158
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Булочка с ламинарией	30	2,31	0,90	15,45	70
Итого:	540	18,93	18,63	67,52	503,33
<b>Завтрак платно</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат из свежих огурцов (огурцы свеж., лук репч., масло раст.)	100	0,94	9,96	3,79	109,25
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	14,00	158
Пюре картофельное	180	3,80	5,36	24,91	183,13
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	610	19,74	22,95	71,03	572,06
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат из свежих огурцов (огурцы свеж., лук репч., масло раст.)	100	0,94	9,96	3,79	109,25
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	14,00	158
Пюре картофельное	180	3,80	5,36	24,91	183,13
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	610	19,74	22,95	71,03	572,06
<b>Дети (7-11 лет)</b>					
Салат из свежих огурцов (огурцы свеж., лук репч., масло раст.)	60	0,56	5,97	2,27	65,55
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	14,00	158
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Булочка с ламинарией	30	2,31	0,90	15,45	70
Итого:	540	18,93	18,63	67,52	503,33
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат Свекольный (свекла, огурцы конс., масло раст.)	100	1,73	14,85	7,28	169,9
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	5,55	5,80	14,90	117,95
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5
Рис припущенный	180	3,96	5,40	32,99	196,43
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	24,45	100
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	900	29,41	35,00	112,92	901,98
<b>Дети (7-11 лет)</b>					
Салат Свекольный (свекла, огурцы конс., масло раст.)	60	1,04	8,91	4,36	101,94
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	24,45	100
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	780	26,95	27,00	101,52	777,69

Технолог

Заведующий столовой

Шаншерова Инга  
Геннадьевна

Джамалова  
Татьяна  
Николаевна



ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ МАOU СОШ № 1

Шахматова Н.В.



**МЕНЮ**

на 27.02.2024 ЛГ МАOU СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак ФБ</b>					
<b>Дети (7-11 лет)</b>					
Салат из свежих огурцов (огурцы свеж., лук репч., масло раст.)	60	0,56	5,97	2,27	65,55
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	14,00	158
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Булочка с ламинарией	30	2,31	0,90	15,45	70
Итого:	540	18,93	18,63	67,52	503,33
<b>Завтрак платно</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат из свежих огурцов (огурцы свеж., лук репч., масло раст.)	100	0,94	9,96	3,79	109,25
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	14,00	158
Пюре картофельное	180	3,80	5,36	24,91	183,13
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	610	19,74	22,95	71,03	572,06
<b>Завтрак льгота</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат из свежих огурцов (огурцы свеж., лук репч., масло раст.)	100	0,94	9,96	3,79	109,25
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	14,00	158
Пюре картофельное	180	3,80	5,36	24,91	183,13
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	610	19,74	22,95	71,03	572,06
<b>Дети (7-11 лет)</b>					
Салат из свежих огурцов (огурцы свеж., лук репч., масло раст.)	60	0,56	5,97	2,27	65,55
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	14,00	158
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6
Чай с сахаром	200	0,20	0	15,04	57,18
Булочка с ламинарией	30	2,31	0,90	15,45	70
Итого:	540	18,93	18,63	67,52	503,33
<b>Обед льгота</b>					
<b>Дети (12 лет и старше)</b>					
Салат Свекольный (свекла, огурцы конс., масло раст.)	100	1,73	14,85	7,28	169,9
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	260	5,55	5,80	14,90	117,95
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5
Рис припущенный	180	3,96	5,40	32,99	196,43
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	24,45	100
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	900	29,41	35,00	112,92	901,98
<b>Дети (7-11 лет)</b>					
Салат Свекольный (свекла, огурцы конс., масло раст.)	60	1,04	8,91	4,36	101,94
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	4,44	4,64	11,92	94,36
Гуляш из говядины	100	14,00	8,20	6,51	184,5
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	24,45	100
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	780	26,95	27,00	101,52	777,69

Технолог

Шаньшеровва Инга Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова Татьяна Николаевна

*(Handwritten signature)*