

ООО «АВОКАДО»

"Согласовано"

Директор ЛГ MAOY COIII № 1

Шахматова Н.В.

Утверждаю:
Заместитель директора ООО «АВОКАДО»

Джафаров Г.Т.

МЕНЮ

на 29.01.2024 ЛГ MAOY COIII №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат Карнавал (кукуруза конс., колбаса п/к, гренки, масло раст.)	60	2,19	7,85	3,41	89,94	39,18
Суп картофельный с клецками	200	1,80	2,64	24,04	134,04	18,80
Суфле из печени	100	12,22	8,79	12,43	205,17	46,17
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	29,20
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	17,47
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8	3,60
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4	4,08
Итого:	770	24,80	24,85	102,47	776,35	158,49
Свободный выбор						
Огурцы консервированные порциями	100	1,30	0,30	5,30	31	40,04
Салат Домашний (говядина, картофель, морковь, огурцы конс., горошек конс., яйцо, масло раст.)	100	6,15	23,40	26,11	262,21	48,35
Салат Здоровье (свёкла, морковь, горошек конс., масло раст.)	100	2,00	15,00	7,00	172	23,57
Салат Маргоша (капуста кваш., свекла, лук репч., масло раст.)	100	2,30	15,01	9,80	180,6	19,30
Голубцы с томатным соусом	200	12,66	7,98	18,78	197,5	84,97
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	46,85
Печень жареная	100	26,50	4,70	5,20	175	96,60
Плов из говядины по-узбекски	200	15,50	14,20	40,30	341,9	61,37
Тефтели в соусе	100	10,57	11,00	14,30	238,96	58,26
Шницель из говядины	100	9,90	10,05	15,55	240,63	87,95
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	153,89	15,35
Рис отварной с овощами (рис, морковь, горошек конс.)	150	9,39	1,74	16,29	82,34	53,54
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	17,47
Буфет						
Вода питьевая негазированная 0,5 л, (1 шт)	500	0	0	0		40,80
Печенье 50 гр, шт	50	4,13	11,49	22,71	214,1	15,47
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,10	5,10	18,60	124,6	23,59
Итого:	578	5,23	16,59	41,31	338,7	79,86

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерова Инга
Геннадьевна

Джамалова Татьяна
Николаевна