

**ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"**

"Согласовано"

Директор ЛГ MAOY COШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":  
Заместитель генерального директора ООО  
"Комбинат школьного питания Пеликан"

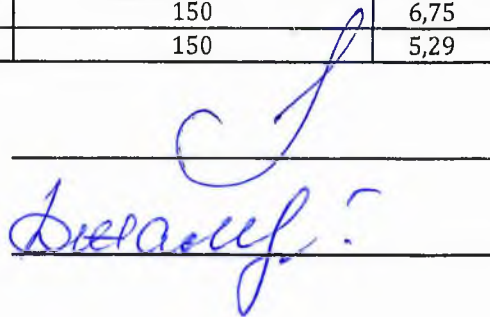
Мацкевич А.А.

**МЕНЮ**  
на 29.11.2023 ЛГ MAOY COШ №1

| Наименование блюд  | Выход блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | цена   |
|--|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|--------|
|  |             | белки            | жиры  | углеводы |                         |        |
| <b>Комплексный обед</b>  |             |                  |       |          |                         |        |
| Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.) | 60          | 0,60             | 6,00  | 2,40     | 67,8                    | 25,59  |
| Суп кудрявый   | 200         | 1,04             | 2,65  | 27,76    | 126,72                  | 16,16  |
| Азу с говядиной  | 200         | 16,90            | 10,80 | 21,10    | 346,1                   | 72,01  |
| Напиток из шиповника   | 200         | 0,68             | 0     | 21,26    | 89,66                   | 14,58  |
| 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:   | 720         | 23,21            | 20,02 | 99,31    | 763,48                  | 136,02 |
| <b>Свободный выбор</b>   |             |                  |       |          |                         |        |
| Салат из свежих помидоров (помидоры, лук репч., масло раст.)                   | 100         | 1,00             | 10,00 | 4,00     | 113                     | 49,45  |
| Салат Огурчик с яйцом  | 100         | 3,00             | 14,00 | 2,00     | 152                     | 33,75  |
| Салат Школьный (капуста свежая б/к, перец сладкий, горошек конс., масло раст.) | 100         | 2,00             | 15,00 | 6,00     | 165                     | 28,66  |
| Свёкла с маслом растительным   | 100         | 1,00             | 10,00 | 8,00     | 129                     | 8,94   |
| Говядина по-домашнему  | 100         | 15,00            | 18,00 | 3,00     | 234                     | 99,65  |
| Запеканка картофельная с говядиной   | 200         | 15,54            | 12,03 | 46,66    | 366,73                  | 100,08 |
| Котлета из говядины  | 100         | 9,90             | 10,05 | 15,55    | 240,63                  | 97,27  |
| Тефтели в соусе  | 100         | 14,00            | 7,00  | 14,30    | 251,96                  | 63,32  |
| Каша гречневая рассыпчатая   | 150         | 6,75             | 3,45  | 37,50    | 198                     | 14,72  |
| Макаронные изделия отварные  | 150         | 5,29             | 4,22  | 34,86    | 201,1                   | 12,33  |

Технолог

Заведующий столовой



Шаншерова Инга  
Геннадьевна

Джамалова Татьяна  
Николаевна

**ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"**

"Согласовано"

"Утверждаю":  
Заместитель генерального директора  
ООО "Комбинат школьного питания  
Пеликан"  
Мацкевич  
А.А.

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

**МЕНЮ**  
на 29.11.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

| Наименование блюд  | Выход блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|--|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|  |             | белки            | жиры  | углеводы |                         |
| <b>Завтрак ФБ</b>  |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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         | 0                | 0     | 17,00    | 80,35                   |
| Итого:   | 550         | 16,37            | 16,60 | 84,93    | 511,96                  |
| <b>Завтрак платно</b>  |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| Чизкейк творожный  | 200         | 18,76            | 21,72 | 52,80    | 413,24                  |
| Чай с сахаром  | 200         | 0,20             | 0     | 15,04    | 57,18                   |
| Хлеб северный  | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Яблоко свежее  | 120         | 0                | 0     | 12,00    | 56,72                   |
| Итого:   | 550         | 21,06            | 22,05 | 93,13    | 591,64                  |
| <b>Завтрак льгота</b>  |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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         | 0                | 0     | 17,00    | 80,35                   |
| Итого:   | 550         | 16,37            | 16,60 | 84,93    | 511,96                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| Чизкейк творожный  | 200         | 18,76            | 21,72 | 52,80    | 413,24                  |
| Чай с сахаром  | 200         | 0,20             | 0     | 15,04    | 57,18                   |
| Хлеб северный  | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Яблоко свежее  | 120         | 0                | 0     | 12,00    | 56,72                   |
| Итого:   | 550         | 21,06            | 22,05 | 93,13    | 591,64                  |
| <b>Обед льгота</b>   |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.) | 60          | 0,60             | 6,00  | 2,40     | 67,8                    |
| Суп кудрявый   | 200         | 1,04             | 2,65  | 27,76    | 126,72                  |
| 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:   | 720         | 23,21            | 20,02 | 99,31    | 763,48                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.) | 100         | 1,00             | 10,00 | 4,00     | 113                     |
| Суп кудрявый   | 250         | 1,30             | 3,32  | 34,70    | 158,4                   |
| 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:   | 810         | 23,87            | 24,69 | 107,85   | 840,36                  |

Технолог

Шаньшеров Инга  
Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова  
Татьяна  
Николаевна

**ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"**

"Согласовано"

Директор ЛГ МАOU СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Утверждаю:  
Заместитель генерального директора  
ООО "Комбинат школьного питания  
Пеликан"  
Мацкевич  
А.А.

**МЕНЮ**  
на 29.11.2023 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>   |             |                  |       |          |                         |
| 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         | 0                | 0     | 17,00    | 80,35                   |
| Итого:   | 550         | 16,37            | 16,60 | 84,93    | 511,96                  |
| <b>Завтрак платно</b>  |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| Чизкейк творожный  | 200         | 18,76            | 21,72 | 52,80    | 413,24                  |
| Чай с сахаром  | 200         | 0,20             | 0     | 15,04    | 57,18                   |
| Хлеб северный  | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Яблоко свежее  | 120         | 0                | 0     | 12,00    | 56,72                   |
| Итого:   | 550         | 21,06            | 22,05 | 93,13    | 591,64                  |
| <b>Завтрак льгота</b>  |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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         | 0                | 0     | 17,00    | 80,35                   |
| Итого:   | 550         | 16,37            | 16,60 | 84,93    | 511,96                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| Чизкейк творожный  | 200         | 18,76            | 21,72 | 52,80    | 413,24                  |
| Чай с сахаром  | 200         | 0,20             | 0     | 15,04    | 57,18                   |
| Хлеб северный  | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Яблоко свежее  | 120         | 0                | 0     | 12,00    | 56,72                   |
| Итого:   | 550         | 21,06            | 22,05 | 93,13    | 591,64                  |
| <b>Обед льгота</b>   |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.) | 60          | 0,60             | 6,00  | 2,40     | 67,8                    |
| Суп кудрявый   | 200         | 1,04             | 2,65  | 27,76    | 126,72                  |
| 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:   | 720         | 23,21            | 20,02 | 99,31    | 763,48                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.) | 100         | 1,00             | 10,00 | 4,00     | 113                     |
| Суп кудрявый   | 250         | 1,30             | 3,32  | 34,70    | 158,4                   |
| 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:   | 810         | 23,87            | 24,69 | 107,85   | 840,36                  |

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеров Инга  
Геннадьевна

Джамалова  
Татьяна  
Николаевна



**ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"**

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":  
Заместитель генерального директора ООО  
"Комбинат школьного питания Пеликан"

Мацкевич А.А.

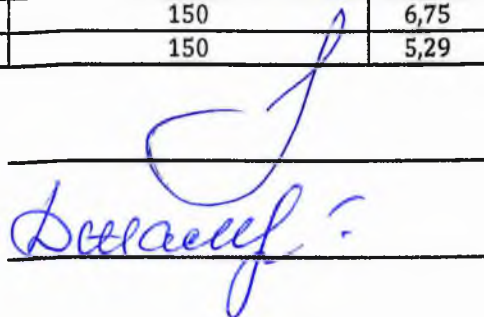
**МЕНЮ**

на 29.11.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

| Наименование блюд  | Выход блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | цена   |
|--|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|--------|
|  |             | белки            | жиры  | углеводы |                         |        |
| <b>Комплексный обед</b>  |             |                  |       |          |                         |        |
| Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.) | 60          | 0,60             | 6,00  | 2,40     | 67,8                    | 25,59  |
| Суп кудрявый   | 200         | 1,04             | 2,65  | 27,76    | 126,72                  | 16,16  |
| Азу с говядиной  | 200         | 16,90            | 10,80 | 21,10    | 346,1                   | 72,01  |
| Напиток из шиповника   | 200         | 0,68             | 0     | 21,26    | 89,66                   | 14,58  |
| 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:   | 720         | 23,21            | 20,02 | 99,31    | 763,48                  | 136,02 |
| <b>Свободный выбор</b>   |             |                  |       |          |                         |        |
| Пирожки печёные простые с капустой   | 75          | 5,10             | 12,60 | 26,80    | 227                     | 8,20   |
| Пирожки печёные с картофелем   | 75          | 3,80             | 6,20  | 22,20    | 159,8                   | 7,32   |
| Салат из свежих помидоров (помидоры, лук репч., масло раст.)                   | 100         | 1,00             | 10,00 | 4,00     | 113                     | 49,45  |
| Салат Огурчик с яйцом  | 100         | 3,00             | 14,00 | 2,00     | 152                     | 33,75  |
| Салат Школьный (капуста свежая б/к, перец сладкий, горошек конс., масло раст.) | 100         | 2,00             | 15,00 | 6,00     | 165                     | 28,66  |
| Свёкла с маслом растительным   | 100         | 1,00             | 10,00 | 8,00     | 129                     | 8,94   |
| Говядина по-домашнему  | 100         | 15,00            | 18,00 | 3,00     | 234                     | 99,65  |
| Запеканка картофельная с говядиной   | 200         | 15,54            | 12,03 | 46,66    | 366,73                  | 100,08 |
| Котлета из говядины  | 100         | 9,90             | 10,05 | 15,55    | 240,63                  | 97,27  |
| Тефтели в соусе  | 100         | 14,00            | 7,00  | 14,30    | 251,96                  | 63,32  |
| Каша гречневая рассыпчатая   | 150         | 6,75             | 3,45  | 37,50    | 198                     | 14,72  |
| Макаронные изделия отварные  | 150         | 5,29             | 4,22  | 34,86    | 201,1                   | 12,33  |

Технолог

Заведующий столовой



Шаншерова Инга  
Геннадьевна

Джамалова Татьяна  
Николаевна

**ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"**

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":  
Заместитель генерального директора ООО  
"Комбинат школьного питания Пеликан"

Мацкевич А.А.

**МЕНЮ**

на 29.11.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

| Наименование блюд  | Выход блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | цена   |
|--|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|--------|
|  |             | белки            | жиры  | углеводы |                         |        |
| <b>Комплексный обед</b>  |             |                  |       |          |                         |        |
| Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.) | 60          | 0,60             | 6,00  | 2,40     | 67,8                    | 25,59  |
| Суп кудрявый   | 200         | 1,04             | 2,65  | 27,76    | 126,72                  | 16,16  |
| Азу с говядиной  | 200         | 16,90            | 10,80 | 21,10    | 346,1                   | 72,01  |
| Напиток из шиповника   | 200         | 0,68             | 0     | 21,26    | 89,66                   | 14,58  |
| 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:   | 720         | 23,21            | 20,02 | 99,31    | 763,48                  | 136,02 |
| <b>Свободный выбор</b>   |             |                  |       |          |                         |        |
| Пирожки печёные простые с капустой   | 75          | 5,10             | 12,60 | 26,80    | 227                     | 8,20   |
| Пирожки печёные с картофелем   | 75          | 3,80             | 6,20  | 22,20    | 159,8                   | 7,32   |
| Салат из свежих помидоров (помидоры, лук репч., масло раст.)                   | 100         | 1,00             | 10,00 | 4,00     | 113                     | 49,45  |
| Салат Огурчик с яйцом  | 100         | 3,00             | 14,00 | 2,00     | 152                     | 33,75  |
| Салат Школьный (капуста свежая б/к, перец сладкий, горошек конс., масло раст.) | 100         | 2,00             | 15,00 | 6,00     | 165                     | 28,66  |
| Свёкла с маслом растительным   | 100         | 1,00             | 10,00 | 8,00     | 129                     | 8,94   |
| Говядина по-домашнему  | 100         | 15,00            | 18,00 | 3,00     | 234                     | 99,65  |
| Запеканка картофельная с говядиной   | 200         | 15,54            | 12,03 | 46,66    | 366,73                  | 100,08 |
| Котлета из говядины  | 100         | 9,90             | 10,05 | 15,55    | 240,63                  | 97,27  |
| Тефтели в соусе  | 100         | 14,00            | 7,00  | 14,30    | 251,96                  | 63,32  |
| Каша гречневая рассыпчатая   | 150         | 6,75             | 3,45  | 37,50    | 198                     | 14,72  |
| Макаронные изделия отварные  | 150         | 5,29             | 4,22  | 34,86    | 201,1                   | 12,33  |

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровва Инга  
Геннадьевна

Джамалова Татьяна  
Николаевна

**ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"**

"Согласовано"

Директор ЛГ MAOY COШ № 1

Шахматова Н.В.

"Утверждаю":  
Заместитель генерального директора ООО  
"Комбинат школьного питания Пеликан"

Мацкевич А.А.

**МЕНЮ**

на 29.11.2023 ЛГ MAOY COШ №1

| Наименование блюд  | Выход блюда | пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность | цена          |
|--|-------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|---------------|
|  |             | белки            | жиры         | углеводы     |                         |               |
| <b>Комплексный обед</b>  |             |                  |              |              |                         |               |
| Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.) | 60          | 0,60             | 6,00         | 2,40         | 67,8                    | 25,59         |
| Суп кудрявый   | 200         | 1,04             | 2,65         | 27,76        | 126,72                  | 16,16         |
| Азу с говядиной  | 200         | 16,90            | 10,80        | 21,10        | 346,1                   | 72,01         |
| Напиток из шиповника   | 200         | 0,68             | 0            | 21,26        | 89,66                   | 14,58         |
| 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          |
| <b>Итого:</b>  | <b>720</b>  | <b>23,21</b>     | <b>20,02</b> | <b>99,31</b> | <b>763,48</b>           | <b>136,02</b> |
| <b>Свободный выбор</b>   |             |                  |              |              |                         |               |
| Салат из свежих помидоров (помидоры, лук репч., масло раст.)                   | 100         | 1,00             | 10,00        | 4,00         | 113                     | 49,45         |
| Салат Огурчик с яйцом  | 100         | 3,00             | 14,00        | 2,00         | 152                     | 33,75         |
| Салат Школьный (капуста свежая б/к, перец сладкий, горошек конс., масло раст.) | 100         | 2,00             | 15,00        | 6,00         | 165                     | 28,66         |
| Свёкла с маслом растительным   | 100         | 1,00             | 10,00        | 8,00         | 129                     | 8,94          |
| Говядина по-домашнему  | 100         | 15,00            | 18,00        | 3,00         | 234                     | 99,65         |
| Запеканка картофельная с говядиной   | 200         | 15,54            | 12,03        | 46,66        | 366,73                  | 100,08        |
| Котлета из говядины  | 100         | 9,90             | 10,05        | 15,55        | 240,63                  | 97,27         |
| Тефтели в соусе  | 100         | 14,00            | 7,00         | 14,30        | 251,96                  | 63,32         |
| Каша гречневая рассыпчатая   | 150         | 6,75             | 3,45         | 37,50        | 198                     | 14,72         |
| Макаронные изделия отварные  | 150         | 5,29             | 4,22         | 34,86        | 201,1                   | 12,33         |

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровва Инга  
Геннадьевна

Джамалова Татьяна  
Николаевна