

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 03.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат Огурчик с яйцом	60	1,80	8,40	1,20	91,2	18,02
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72	22,95
Мясо духовое	200	20,40	15,80	20,50	306,1	70,22
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	24,45	100	19,80
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	27,41	27,60	100,70	757,22	138,66
Свободный выбор						
Салат "Калыбын" (калбыны-палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	44,11
Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	3,00	107	39,24
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	17,40
Гуляш из говядины	100	14,00	9,20	3,51	184,5	85,17
Зразы рубленые	100	14,60	16,60	14,80	267,5	70,31
Манты с говядиной с маслом	107	13,96	6,21	17,78	218,54	65,24
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	42,92
Столжки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	86,43
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1	13,62
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,48

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерова 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 03.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат Огурчик с яйцом	60	1,80	8,40	1,20	91,2	18,02
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72	22,95
Мясо духовое	200	20,40	15,80	20,50	306,1	70,22
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	24,45	100	19,80
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	27,41	27,60	100,70	757,22	138,66
Свободный выбор						
Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.)	100	11,50	10,65	4,66	159,6	44,11
Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	3,00	107	39,24
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	17,40
Гуляш из говядины	100	14,00	9,20	3,51	184,5	85,17
Зразы рубленые	100	14,60	16,60	14,80	267,5	70,31
Манты с говядиной с маслом	107	13,96	6,21	17,78	218,54	65,24
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	42,92
Столжки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	86,43
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1	13,62
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69	20,48

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшорова 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 03.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Салат из свежих огурцов и помидоров (огурцы свеж.,помидоры свеж.,лук репчатый,масло раст.)	60	0,54	6,00	2,01	64,48
Тефтели в соусе	100	14,00	7,00	14,30	251,96
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	22,43	17,55	83,96	668,06
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Салат из свежих огурцов и помидоров (огурцы свеж.,помидоры свеж.,лук репчатый,масло раст.)	100	0,90	10,00	3,35	107,47
Тефтели в соусе	100	14,00	7,00	14,30	251,96
Макаронные изделия отварные	180	6,35	5,07	41,83	241,32
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	620	23,85	22,40	92,27	751,27
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из свежих огурцов и помидоров (огурцы свеж.,помидоры свеж.,лук репчатый,масло раст.)	60	0,54	6,00	2,01	64,48
Тефтели в соусе	100	14,00	7,00	14,30	251,96
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	22,43	17,55	83,96	668,06
Дети (12 лет и старше)					
Салат из свежих огурцов и помидоров (огурцы свеж.,помидоры свеж.,лук репчатый,масло раст.)	100	0,90	10,00	3,35	107,47
Тефтели в соусе	100	14,00	7,00	14,30	251,96
Макаронные изделия отварные	180	6,35	5,07	41,83	241,32
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	620	23,85	22,40	92,27	751,27
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат Огурчик с яйцом	60	1,80	8,40	1,20	91,2
Суп кудрявый	200	1,04	2,65	27,76	126,72
Мясо духовое	200	20,40	15,80	20,50	306,1
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:	720	27,41	27,60	100,70	757,22
Дети (12 лет и старше)					
Салат Огурчик с яйцом	100	3,00	14,00	2,00	152
Суп кудрявый	250	1,30	3,32	34,70	158,4
Мясо духовое	200	20,40	15,80	20,50	306,1
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:	810	28,87	33,87	108,44	849,7

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшерева Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна