

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.

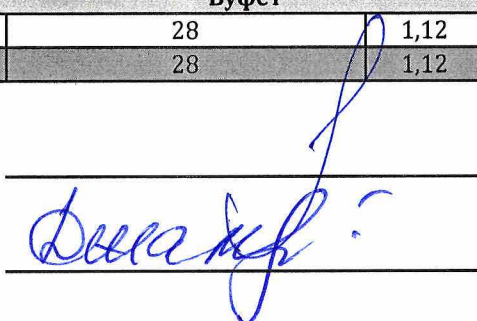
МЕНЮ

на 10.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94	27,15
Суп гороховый с гренками	215	3,40	3,80	22,65	99,6	21,08
Печень тушеная в соусе	100	13,50	9,20	8,60	179	47,22
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	15,76
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44	16,66
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:	785	30,72	24,87	116,80	835,18	135,55
Свободный выбор						
Огурцы консервированные порциями	100	1,30	0,30	5,30	31	44,03
Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	4,00	113	38,69
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	41,54
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	17,40
Манты с говядиной с маслом	107	13,96	6,21	17,78	218,54	65,05
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	42,95
Печень жареная	100	26,50	4,70	5,20	175	90,99
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	87,26
Стожки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	86,10
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	15,76
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1	13,37
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	33,11
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	20,30
Буфет						
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,12	4,50	20,00	123,2	18,09
Итого:	28	1,12	4,50	20,00	123,2	18,09

Технолог

Заведующий столовой



Шаньшерева 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 10.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1



Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
		белки	жиры	углеводы		
Комплексный обед						
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94	27,15
Суп гороховый с гренками	215	3,40	3,80	22,65	99,6	21,08
Печень тушеная в соусе	100	13,50	9,20	8,60	179	47,22
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	15,76
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44	16,66
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:	785	30,72	24,87	116,80	835,18	135,55
Свободный выбор						
Огурцы консервированные порциями	100	1,30	0,30	5,30	31	44,03
Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	4,00	113	38,69
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	41,54
Свёкла с маслом растительным	100	1,00	10,00	8,00	129	17,40
Манты с говядиной с маслом	107	13,96	6,21	17,78	218,54	65,05
Минтай жареный	100	20,00	7,00	4,00	160	42,95
Печень жареная	100	26,50	4,70	5,20	175	90,99
Поджарка из говядины	65	8,90	9,10	2,60	128,3	87,26
Столжки из говядины	100	10,40	9,60	4,80	146,9	86,10
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198	15,76
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1	13,37
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	33,11
Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	92	20,30
Буфет						
Пирожное чоко-пай 28гр, шт	28	1,12	4,50	20,00	123,2	18,09
Итого:	28	1,12	4,50	20,00	123,2	18,09

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровва 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 10.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,20	6,00	6,00	82,2
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,80	18,13	76,28	554,41
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Рис припущенный	180	3,96	5,40	32,99	196,43
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	620	21,26	23,03	85,78	641,95
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,20	6,00	6,00	82,2
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,80	18,13	76,28	554,41
Дети (12 лет и старше)					
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Рис припущенный	180	3,96	5,40	32,99	196,43
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	620	21,26	23,03	85,78	641,95
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Суп гороховый с гречками	215	3,40	3,80	22,65	99,6
Печень тушеная в соусе	100	13,50	9,20	8,60	179
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	785	30,72	24,87	116,80	835,18
Дети (12 лет и старше)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Суп гороховый с гречками	265	4,25	4,75	28,32	124,5
Печень тушеная в соусе	100	13,50	9,20	8,60	179
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,10	4,14	45,00	237,6
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	905	34,38	31,74	132,25	959,64

Технолог

Шаньшерева Инга
Геннадьевна

Заведующий столовой

Джамалова
Татьяна
Николаевна

ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"

"Согласовано"

Директор ЛГ МАOU СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель генерального директора
ООО "Комбинат школьного питания
Пеликан"

Мацкевич
А.А.

МЕНЮ

на 10.10.2023 ЛГ МАOU СОШ №1

Наименование блюд	Выход блюда	пищевые вещества *			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,20	6,00	6,00	82,2
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,80	18,13	76,28	554,41
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Рис припущенный	180	3,96	5,40	32,99	196,43
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	620	21,26	23,03	85,78	641,95
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,20	6,00	6,00	82,2
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Рис припущенный	150	3,30	4,50	27,49	163,69
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	550	19,80	18,13	76,28	554,41
Дети (12 лет и старше)					
Салат из свежей капусты с морковью	100	2,00	10,00	10,00	137
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Рис припущенный	180	3,96	5,40	32,99	196,43
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Хлеб северный	30	2,10	0,33	13,29	64,5
Итого:	620	21,26	23,03	85,78	641,95
Обед льгота					
Дети (7-11 лет)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	60	2,19	7,85	3,40	89,94
Суп гороховый с гренками	215	3,40	3,80	22,65	99,6
Печень тушеная в соусе	100	13,50	9,20	8,60	179
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,75	3,45	37,50	198
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	785	30,72	24,87	116,80	835,18
Дети (12 лет и старше)					
Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)	100	3,65	13,08	5,68	149,9
Суп гороховый с гренками	265	4,25	4,75	28,32	124,5
Печень тушеная в соусе	100	13,50	9,20	8,60	179
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,10	4,14	45,00	237,6
Компот из кураги	200	0,89	0	17,86	135,44
Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	61,8
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,24	14,49	71,4
Итого:	905	34,38	31,74	132,25	959,64

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровва Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна