

**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 17.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

| Наименование блюд  | Выход блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | цена   |
|--|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|--------|
|  |             | белки            | жиры  | углеводы |                         |        |
| <b>Комплексный обед</b>  |             |                  |       |          |                         |        |
| Салат Огурчик с яйцом  | 60          | 1,80             | 8,40  | 1,20     | 91,2                    | 13,30  |
| Суп кудрявый   | 200         | 1,04             | 2,65  | 27,76    | 126,72                  | 14,23  |
| Мясо духовое   | 200         | 20,40            | 15,80 | 20,50    | 306,1                   | 61,93  |
| Компот из свежих яблок   | 200         | 0,18             | 0,18  | 24,45    | 100                     | 14,35  |
| 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                  | 111,50 |
| <b>Свободный выбор</b>   |             |                  |       |          |                         |        |
| Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.) | 100         | 11,50            | 10,65 | 4,66     | 159,6                   | 40,90  |
| Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)                           | 100         | 1,00             | 10,00 | 3,00     | 107                     | 22,84  |
| Свёкла с маслом растительным   | 100         | 1,00             | 10,00 | 8,00     | 129                     | 8,60   |
| Гуляш из говядины  | 100         | 14,00            | 9,20  | 3,51     | 184,5                   | 99,32  |
| Зразы рубленые   | 100         | 14,60            | 16,60 | 14,80    | 267,5                   | 77,43  |
| Манты с говядиной с маслом   | 107         | 13,96            | 6,21  | 17,78    | 218,54                  | 71,60  |
| Минтай жареный   | 100         | 20,00            | 7,00  | 4,00     | 160                     | 42,42  |
| Печень Бризоль   | 100         | 17,20            | 6,00  | 1,70     | 130,4                   | 72,92  |
| Столбы из говядины   | 100         | 10,40            | 9,60  | 4,80     | 146,9                   | 86,70  |
| Макаронные изделия отварные  | 150         | 5,29             | 4,22  | 34,86    | 201,1                   | 13,92  |
| Рис припущенный  | 150         | 3,30             | 4,50  | 27,49    | 163,69                  | 19,52  |

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровва Инга  
Геннадьевна

Джамалова Татьяна  
Николаевна

**ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"**

"Согласовано"

Директор ЛГ MAOY COIII № 1

Шахматова Н.В.

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

Мацкевич А.А.

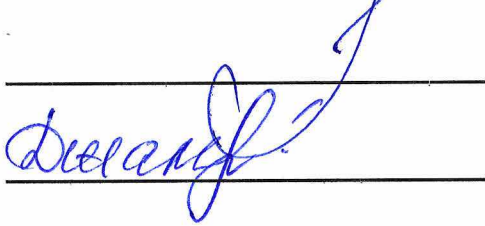
**МЕНЮ**

на 17.10.2023 ЛГ MAOY COIII №1

| Наименование блюд  | Выход блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | цена   |
|--|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|--------|
|  |             | белки            | жиры  | углеводы |                         |        |
| <b>Комплексный обед</b>  |             |                  |       |          |                         |        |
| Салат Огурчик с яйцом  | 60          | 1,80             | 8,40  | 1,20     | 91,2                    | 13,30  |
| Суп кудрявый   | 200         | 1,04             | 2,65  | 27,76    | 126,72                  | 14,23  |
| Мясо духовое   | 200         | 20,40            | 15,80 | 20,50    | 306,1                   | 61,93  |
| Компот из свежих яблок   | 200         | 0,18             | 0,18  | 24,45    | 100                     | 14,35  |
| 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                  | 111,50 |
| <b>Свободный выбор</b>   |             |                  |       |          |                         |        |
| Салат Крабовый (крабовые палочки, кукуруза конс., огурцы свежие, лук репч., яйцо, масло раст.) | 100         | 11,50            | 10,65 | 4,66     | 159,6                   | 40,90  |
| Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)                           | 100         | 1,00             | 10,00 | 3,00     | 107                     | 22,84  |
| Свёкла с маслом растительным   | 100         | 1,00             | 10,00 | 8,00     | 129                     | 8,60   |
| Гуляш из говядины  | 100         | 14,00            | 9,20  | 3,51     | 184,5                   | 99,32  |
| Зразы рубленые   | 100         | 14,60            | 16,60 | 14,80    | 267,5                   | 77,43  |
| Манты с говядиной с маслом   | 107         | 13,96            | 6,21  | 17,78    | 218,54                  | 71,60  |
| Минтай жареный   | 100         | 20,00            | 7,00  | 4,00     | 160                     | 42,42  |
| Печень Бризолъ   | 100         | 17,20            | 6,00  | 1,70     | 130,4                   | 72,92  |
| Столжки из говядины  | 100         | 10,40            | 9,60  | 4,80     | 146,9                   | 86,70  |
| Макаронные изделия отварные  | 150         | 5,29             | 4,22  | 34,86    | 201,1                   | 13,92  |
| Рис припущенный  | 150         | 3,30             | 4,50  | 27,49    | 163,69                  | 19,52  |

Технолог

Заведующий столовой



Шаньшерова 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.

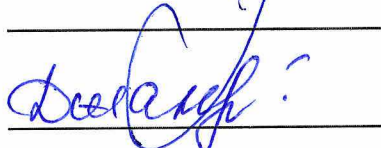
**МЕНЮ**

на 17.10.2023 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>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                  |
| <b>Завтрак платно</b>   |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                  |
| <b>Завтрак льгота</b>   |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети ( 7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                  |
| <b>Обед льгота</b>  |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети ( 7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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



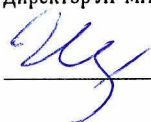
Шаншерова Инга  
Геннадьевна

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 17.10.2023 ЛГ MAOY COШ №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 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                  |
| <b>Завтрак платно</b>  |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| 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                  |
| <b>Завтрак льгота</b>  |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| 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                  |
| <b>Обед льгота</b>   |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| 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



Шаньшерова Инга  
Геннадьевна

Джамалова  
Татьяна  
Николаевна