


ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

 Шахматова Н.В.

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

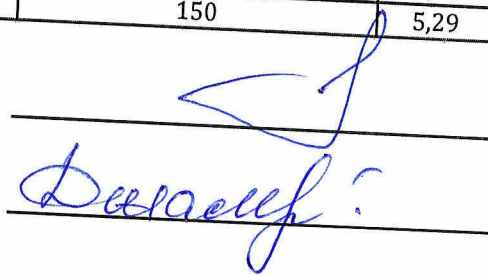


МЕНЮ
на 20.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюд	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	24,60
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,00	11,45	110,48	20,64
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158	33,21
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	18,67
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:	780	24,42	23,36	96,85	744,22	119,14
Свободный выбор						
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	26,73
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	36,15
Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	3,00	107	25,78
Салат Свекольный (свекла, огурцы конс., масло раст.)	100	1,73	14,85	7,28	169,9	16,31
Гуляш из говядины	100	14,00	9,20	3,51	184,5	99,32
Запеканка картофельная с говядиной	200	15,54	12,03	46,66	366,73	97,26
Рыба Аппетитная (горбуша)	100	15,13	13,29	5,66	207,37	49,46
Тефтели в соусе	100	14,00	7,00	14,30	251,96	63,44
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	18,67
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	22,56
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1	12,59

Технолог

Заведующий столовой



Шаньшеровая 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"

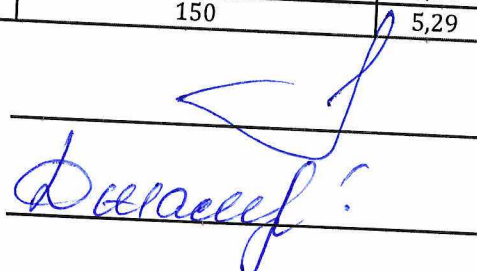
Мацкевич А.А.

МЕНЮ
на 20.10.2023 ЛГ MAOY COШ №1

Наименование блюд	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	24,60
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,00	11,45	110,48	20,64
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158	33,21
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	18,67
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:	780	24,42	23,36	96,85	744,22	119,14
Свободный выбор						
Огурцы свежие	100	0,80	0	3,80	21	26,73
Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)	100	12,00	37,00	1,00	385	36,15
Салат Новинка (огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.)	100	1,00	10,00	3,00	107	25,78
Салат Свекольный (свекла, огурцы конс., масло раст.)	100	1,73	14,85	7,28	169,9	16,31
Гуляш из говядины	100	14,00	9,20	3,51	184,5	99,32
Запеканка картофельная с говядиной	200	15,54	12,03	46,66	366,73	97,26
Рыба Аппетитная (горбуша)	100	15,13	13,29	5,66	207,37	49,46
Тефтели в соусе	100	14,00	7,00	14,30	251,96	63,44
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6	18,67
Капуста свежая тушёная	150	3,60	5,00	15,80	122	22,56
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1	12,59

Технолог

Заведующий столовой



Шаньшеровая 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.

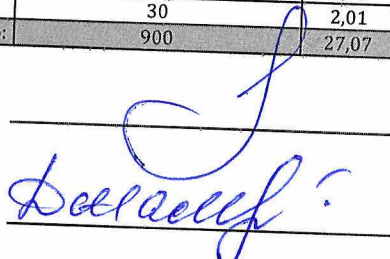
МЕНЮ

на 20.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Бутерброд с маслом (батон пшеничный)	40	2,30	7,90	15,40	144,6
Сосиски отварные	100	11,00	13,90	1,60	266
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Итого:	500	19,09	26,02	71,36	697,72
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Бутерброд с маслом (батон пшеничный)	40	2,30	7,90	15,40	144,6
Сосиски отварные	100	11,00	13,90	1,60	266
Макаронные изделия отварные	200	7,05	5,63	46,47	268,13
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Итого:	550	20,85	27,43	82,97	764,75
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Бутерброд с маслом (батон пшеничный)	40	2,30	7,90	15,40	144,6
Сосиски отварные	100	11,00	13,90	1,60	266
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Итого:	500	19,09	26,02	71,36	697,72
Дети (12 лет и старше)					
Бутерброд с маслом (батон пшеничный)	40	2,30	7,90	15,40	144,6
Сосиски отварные	100	11,00	13,90	1,60	266
Макаронные изделия отварные	200	7,05	5,63	46,47	268,13
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Итого:	550	20,85	27,43	82,97	764,75
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
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,00	11,45	110,48
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6
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:	780	24,42	23,36	96,85	744,22
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
Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,75	3,75	14,32	135,6
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Пюре картофельное	180	3,80	5,36	24,91	183,13
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:	900	27,07	30,24	106,15	859,83

Технолог

Заведующий столовой



Шаньшеровая Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна

ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"

"Согласовано"

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Шахматова Н.В.

Заместитель генерального директора
ООО "Комбинат школьного питания
Пеликан"

Мацкевич А.А.



МЕНЮ
на 20.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак ФБ					
Дети (7-11 лет)					
Бутерброд с маслом (батон пшеничный)	40	2,30	7,90	15,40	144,6
Сосиски отварные	100	11,00	13,90	1,60	266
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Итого:	500	19,09	26,02	71,36	697,72
Завтрак платно					
Дети (12 лет и старше)					
Бутерброд с маслом (батон пшеничный)	40	2,30	7,90	15,40	144,6
Сосиски отварные	100	11,00	13,90	1,60	266
Макаронные изделия отварные	200	7,05	5,63	46,47	268,13
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Итого:	550	20,85	27,43	82,97	764,75
Завтрак льгота					
Дети (7-11 лет)					
Бутерброд с маслом (батон пшеничный)	40	2,30	7,90	15,40	144,6
Сосиски отварные	100	11,00	13,90	1,60	266
Макаронные изделия отварные	150	5,29	4,22	34,86	201,1
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Итого:	500	19,09	26,02	71,36	697,72
Дети (12 лет и старше)					
Бутерброд с маслом (батон пшеничный)	40	2,30	7,90	15,40	144,6
Сосиски отварные	100	11,00	13,90	1,60	266
Макаронные изделия отварные	200	7,05	5,63	46,47	268,13
Чай с лимоном	210	0,50	0	19,50	86,02
Итого:	550	20,85	27,43	82,97	764,75
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
Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,20	3,00	11,45	110,48
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Пюре картофельное	150	3,16	4,46	20,76	152,6
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:	780	24,42	23,36	96,85	744,22
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
Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,75	3,75	14,32	135,6
Котлета рыбная (минтай)	100	12,70	7,30	10,00	158
Пюре картофельное	180	3,80	5,36	24,91	183,13
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:	900	27,07	30,24	106,15	859,83

Технолог

Заведующий столовой

Шаньшеровая Инга
Геннадьевна

Джамалова
Татьяна
Николаевна