

**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 24.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

| Наименование блюда   | Выход блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | цена   |
|--|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|--------|
|  |             | белки            | жиры  | углеводы |                         |        |
| <b>Комплексный обед</b>  |             |                  |       |          |                         |        |
| Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)  | 60          | 2,19             | 7,85  | 3,40     | 89,94                   | 22,25  |
| Суп гороховый с гренками   | 215         | 3,40             | 3,80  | 22,65    | 99,6                    | 14,69  |
| Печень тушеная в соусе   | 100         | 13,50            | 9,20  | 8,60     | 179                     | 42,32  |
| Каша гречневая рассыпчатая   | 150         | 6,75             | 3,45  | 37,50    | 198                     | 14,98  |
| Компот из кураги   | 200         | 0,89             | 0     | 17,86    | 135,44                  | 16,83  |
| 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                  | 118,75 |
| <b>Свободный выбор</b>   |             |                  |       |          |                         |        |
| Огурцы свежие  | 100         | 0,80             | 0     | 3,80     | 21                      | 26,73  |
| Салат из свежей капусты с морковью   | 100         | 2,00             | 10,00 | 10,00    | 137                     | 9,95   |
| Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.) | 100         | 1,00             | 10,00 | 4,00     | 113                     | 31,25  |
| Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)                               | 100         | 12,00            | 37,00 | 1,00     | 385                     | 36,15  |
| 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                     | 41,02  |
| Печень жареная   | 100         | 26,50            | 4,70  | 5,20     | 175                     | 81,89  |
| Поджарка из говядины   | 65          | 8,90             | 9,10  | 2,60     | 128,3                   | 100,53 |
| Столбики из говядины   | 100         | 10,40            | 9,60  | 4,80     | 146,9                   | 86,41  |
| Каша гречневая рассыпчатая   | 150         | 6,75             | 3,45  | 37,50    | 198                     | 14,98  |
| Макаронные изделия отварные  | 150         | 5,29             | 4,22  | 34,86    | 201,1                   | 12,59  |
| Пюре картофельное  | 150         | 3,16             | 4,46  | 20,76    | 152,6                   | 18,67  |
| Сок фруктовый  | 200         | 1,00             | 0     | 20,00    | 92                      | 20,30  |
| <b>Буфет</b>   |             |                  |       |          |                         |        |
| 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 24.10.2023 ЛГ МАОУ СОШ №1

| Наименование блюда   | Выход блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | цена   |
|--|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|--------|
|  |             | белки            | жиры  | углеводы |                         |        |
| <b>Комплексный обед</b>  |             |                  |       |          |                         |        |
| Салат из кукурузы (кукуруза конс., огурцы свеж, яйцо, лук репч., масло раст.)  | 60          | 2,19             | 7,85  | 3,40     | 89,94                   | 22,25  |
| Суп гороховый с гренками   | 215         | 3,40             | 3,80  | 22,65    | 99,6                    | 14,69  |
| Печень тушеная в соусе   | 100         | 13,50            | 9,20  | 8,60     | 179                     | 42,32  |
| Каша гречневая рассыпчатая   | 150         | 6,75             | 3,45  | 37,50    | 198                     | 14,98  |
| Компот из кураги   | 200         | 0,89             | 0     | 17,86    | 135,44                  | 16,83  |
| 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                  | 118,75 |
| <b>Свободный выбор</b>   |             |                  |       |          |                         |        |
| Огурцы свежие  | 100         | 0,80             | 0     | 3,80     | 21                      | 26,73  |
| Салат из свежей капусты с морковью   | 100         | 2,00             | 10,00 | 10,00    | 137                     | 9,95   |
| Салат Лужайка (помидоры, огурцы свежие, перец сладкий, лук репч., масло раст.) | 100         | 1,00             | 10,00 | 4,00     | 113                     | 31,25  |
| Салат Нежный (яйцо, сыр, лук репч., масло раст.)                               | 100         | 12,00            | 37,00 | 1,00     | 385                     | 36,15  |
| 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                     | 41,02  |
| Печень жареная   | 100         | 26,50            | 4,70  | 5,20     | 175                     | 81,89  |
| Поджарка из говядины   | 65          | 8,90             | 9,10  | 2,60     | 128,3                   | 100,53 |
| Столжки из говядины  | 100         | 10,40            | 9,60  | 4,80     | 146,9                   | 86,41  |
| Каша гречневая рассыпчатая   | 150         | 6,75             | 3,45  | 37,50    | 198                     | 14,98  |
| Макаронные изделия отварные  | 150         | 5,29             | 4,22  | 34,86    | 201,1                   | 12,59  |
| Пюре картофельное  | 150         | 3,16             | 4,46  | 20,76    | 152,6                   | 18,67  |
| Сок фруктовый  | 200         | 1,00             | 0     | 20,00    | 92                      | 20,30  |
| <b>Буфет</b>   |             |                  |       |          |                         |        |
| 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

Шаньшерова Инга  
Геннадьевна

Джамалова Татьяна  
Николаевна



**ООО "Комбинат школьного питания Пеликан"**

"Согласовано"

Директор ЛГ MAOY COII № 1

Шахматова Н.В.

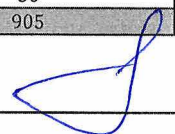
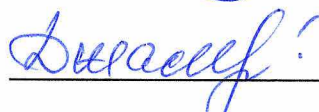
Затверждаю:  
Заместитель генерального директора  
ООО "Комбинат школьного питания  
Пеликан"  
Мацкевич  
А.А.

**МЕНЮ**  
на 24.10.2023 ЛГ MAOY COII №1

| Наименование блюда  | Выход блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|---|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|   |             | белки            | жиры  | углеводы |                         |
| <b>Завтрак ФБ</b>   |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (7-11 лет)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| 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                     |
| Пюре картофельное   | 150         | 3,16             | 4,46  | 20,76    | 152,6                   |
| Чай с лимоном   | 210         | 0,50             | 0     | 19,50    | 86,02                   |
| Хлеб северный   | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Итого:  | 550         | 19,66            | 18,09 | 69,55    | 543,32                  |
| <b>Завтрак платно</b>   |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                     |
| Пюре картофельное   | 180         | 3,80             | 5,36  | 24,91    | 183,13                  |
| Чай с лимоном   | 210         | 0,50             | 0     | 19,50    | 86,02                   |
| Хлеб северный   | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Итого:  | 620         | 21,10            | 22,99 | 77,70    | 628,65                  |
| <b>Завтрак льгота</b>   |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (7-11 лет)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| 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                     |
| Пюре картофельное   | 150         | 3,16             | 4,46  | 20,76    | 152,6                   |
| Чай с лимоном   | 210         | 0,50             | 0     | 19,50    | 86,02                   |
| Хлеб северный   | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Итого:  | 550         | 19,66            | 18,09 | 69,55    | 543,32                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                     |
| Пюре картофельное   | 180         | 3,80             | 5,36  | 24,91    | 183,13                  |
| Чай с лимоном   | 210         | 0,50             | 0     | 19,50    | 86,02                   |
| Хлеб северный   | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Итого:  | 620         | 21,10            | 22,99 | 77,70    | 628,65                  |
| <b>Обед льгота</b>  |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (7-11 лет)</b>  |             |                  |       |          |                         |
| 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                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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

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 24.10.2023 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 свежей капусты с морковью  | 60          | 1,20             | 6,00  | 6,00     | 82,2                    |
| Котлета рыбная (минтай)   | 100         | 12,70            | 7,30  | 10,00    | 158                     |
| Пюре картофельное   | 150         | 3,16             | 4,46  | 20,76    | 152,6                   |
| Чай с лимоном   | 210         | 0,50             | 0     | 19,50    | 86,02                   |
| Хлеб северный   | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Итого:  | 550         | 19,66            | 18,09 | 69,55    | 543,32                  |
| <b>Завтрак платно</b>   |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                     |
| Пюре картофельное   | 180         | 3,80             | 5,36  | 24,91    | 183,13                  |
| Чай с лимоном   | 210         | 0,50             | 0     | 19,50    | 86,02                   |
| Хлеб северный   | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Итого:  | 620         | 21,10            | 22,99 | 77,70    | 628,65                  |
| <b>Завтрак льгота</b>   |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети ( 7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                     |
| Пюре картофельное   | 150         | 3,16             | 4,46  | 20,76    | 152,6                   |
| Чай с лимоном   | 210         | 0,50             | 0     | 19,50    | 86,02                   |
| Хлеб северный   | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Итого:  | 550         | 19,66            | 18,09 | 69,55    | 543,32                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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                     |
| Пюре картофельное   | 180         | 3,80             | 5,36  | 24,91    | 183,13                  |
| Чай с лимоном   | 210         | 0,50             | 0     | 19,50    | 86,02                   |
| Хлеб северный   | 30          | 2,10             | 0,33  | 13,29    | 64,5                    |
| Итого:  | 620         | 21,10            | 22,99 | 77,70    | 628,65                  |
| <b>Обед льгота</b>  |             |                  |       |          |                         |
| <b>Дети ( 7-11 лет)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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 тушенная 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                  |
| <b>Дети (12 лет и старше)</b>   |             |                  |       |          |                         |
| 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 тушенная 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