ООО "Гуворо Аврусге"

Бегматов Н. Ч.

Заведующий производством Рахмонов М.

Согласовано Директор РТ ГБОУ
"СОШ им. Д. И. Менделеева" Турсунзаде
Бендрикова М. М.

Меню
Понедельник - 2

Выход	Название	Ед. изм.
	Завтрак	
40	**Огурцы св.порционные, 40** Пищевая ценность: Белки - 0,29 г, Жиры - 0,04 г, Углеводы - 0,80 г, Калорийность - 4,62 ккал	шт
200	**Плов из мяса говядины, 200** Пищевая ценность: Белки - 9,75 г, Жиры - 17,73 г, Углеводы - 40,09 г, Калорийность - 359,72 ккал	шт
200	**Чай с лимоном, 200** Пищевая ценность: Белки - 0,11 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,15 г, Калорийность - 46,05 ккал	шт
40	**Хлеб пшеничный, 40** Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,40 ккал	шт
ИТОГО: 480,00 гр	***Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,18 г, Жиры - 18,15 г, Углеводы - 70,52 г, Калорийность - 498,79 ккал***	

ООО "Гуворо Аврусие"
Бегматов Ш.
Заведующий производством Рахмонов М.

Согласовано: Директор РТ ГБОУ
"СОШ им. Д. Сукуровой" в г. Турсунзаде
Бендрикова М.

Меню
Понедельник - 2

Выход	Название	Ед. изм.
	Обед	
60	**Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом, 60** Пищевая ценность: Белки - 0,62 г, Жиры - 2,10 г, Углеводы - 2,29 г, Калорийность - 31,36 ккал	шт
200	**Шурбо с курицей, 200** Пищевая ценность: Белки - 16,95 г, Жиры - 8,11 г, Углеводы - 15,43 г, Калорийность - 202,11 ккал	шт
150	**Паста куринная с сыром, 150** Пищевая ценность: Белки - 8,88 г, Жиры - 10,25 г, Углеводы - 1,80 г, Калорийность - 134,96 ккал	шт
180	**Компот из сухофруктов, 180** Пищевая ценность: Белки - 0,35 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 16,54 г, Калорийность - 68,31 ккал	шт
30	**Хлеб пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,27 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 66,30 ккал	шт
30	**Хлеб ржано-пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 13,00 г, Калорийность - 64,00 ккал	шт
ИТОГО: 650,00 гр	***Пищевая ценность обеда: Белки - 31,28 г, Жиры - 21,15 г, Углеводы - 62,92 г, Калорийность - 567,04 ккал***	

ООО "Гувро Авруосие"
Бемат.мидтан
Заведующий производством Рахмонов М.

Согласовано - Директор РТ ГБОУ
"СОШ им. Д. И. Менделеева" в г. Турсунзаде
Бендрикова М. М.

Меню
Вторник - 2

Выход	Название	Ед. изм.
	Завтрак	
15	**Сыр порционный, 15** Пищевая ценность: Белки - 4,16 г, Жиры - 4,18 г, Калорийность - 54,22 ккал	шт
200	**Каша манная молочная, 200** Пищевая ценность: Белки - 4,67 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 22,82 г, Калорийность - 147,70 ккал	шт
200	**Чай с сахаром, 200** Пищевая ценность: Белки - 0,06 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,00 г, Калорийность - 44,35 ккал	шт
20	**Хлеб пшеничный, 20** Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 9,24 г, Калорийность - 44,20 ккал	шт
ИТОГО: 435,00 гр	***Пищевая ценность завтрака: Белки - 10,41 г, Жиры - 8,49 г, Углеводы - 43,05 г, Калорийность - 290,47 ккал***	

ООО "Гуворо Аврасиё"
Бематкинстан

Заведующий производством Рахмонов М.

Согласовано: Директор РТ ГБОУ
"СОШ им. Д. Н. Мамлеевой" г.т. Турсунзаде
Бендрикова М. М.

Меню

Вторник - 2

Выход	Название	Ед. изм.
	Обед	
60	**Салат "Шакароб с яблоками", 60** Пищевая ценность: Белки - 0,65 г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 3,01 г, Калорийность - 17,41 ккал	шт
200	**Борщ из свежей капусты на курином бульоне со сметаной, 200** Пищевая ценность: Белки - 3,68 г, Жиры - 7,32 г, Углеводы - 22,19 г, Калорийность - 170,84 ккал	шт
45/45	**Гуляш из говядины, 45/45** Пищевая ценность: Белки - 13,40 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 6,33 г, Калорийность - 202,37 ккал	шт
90	**Овощи тушеные, 90 н** Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 2,26 г, Углеводы - 10,98 г, Калорийность - 70,32 ккал	шт
75	**Каша рисовая рассыпчатая, 75** Пищевая ценность: Белки - 1,13 г, Жиры - 2,39 г, Углеводы - 9,35 г, Калорийность - 63,43 ккал	шт
200	**Чай с сахаром, 200** Пищевая ценность: Белки - 0,06 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,00 г, Калорийность - 44,35 ккал	шт
30	**Хлеб пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,27 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 66,30 ккал	шт
30	**Хлеб ржано-пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 13,00 г, Калорийность - 64,00 ккал	шт
ИТОГО: 775,00 гр	*Пищевая ценность обеда: Белки - 24,83 г, Жиры - 26,48 г, Углеводы - 89,71 г, Калорийность - 699,03 ккал*	

ООО "Гуворо Авруболис"
Богатов П.

Завтрашний производством: Рахмонов М.

Согласовано: Директор РТ ГБОУ
"СОШ им. Д. И. Менделеева" г. Турсунзаде
Бендрикова М. М.

Меню
Среда - 2

Выход	Название	Ед. изм.
	Завтрак	
150/10	**Запеканка творожная с молоком сгущенным, 150/10** Пищевая ценность: Белки - 19,05 г, Жиры - 15,28 г, Углеводы - 28,55 г, Калорийность - 331,79 ккал	шт
200	**Чай с сахаром, 200** Пищевая ценность: Белки - 0,06 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,00 г, Калорийность - 44,35 ккал	шт
20	**Хлеб пшеничный, 20** Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 9,24 г, Калорийность - 44,20 ккал	шт
1 шт	**Фрукт, 1 шт** Пищевая ценность: Белки - 0,50 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 16,00 г, Калорийность - 33,00 ккал	шт
ИТОГО: 530,00 гр	***Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,13 г, Жиры - 15,98 г, Углеводы - 64,79 г, Калорийность - 453,34 ккал***	

ООО "Гуворо Аврупоё"
Бегматов Тон
Заведующий производством Рахмонов М.

Согласовано Директор РТ ГБОУ
"СОШ им. [illegible] Менделеева" Турсунзаде
Бендрикова М. М.

Меню
Среда - 2

Выход	Название	Ед. изм.
	Обед	
40	**Салат из моркови с сахаром, 40** Пищевая ценность: Белки - 0,59 г, Жиры - 2,04 г, Углеводы - 5,10 г, Калорийность - 41,71 ккал	шт
200	**Суп "Мошу-биринч" на говяжьем бульене, 200** Пищевая ценность: Белки - 4,10 г, Жиры - 2,61 г, Углеводы - 16,54 г, Калорийность - 106,85 ккал	шт
75	**Сосиска отварная, 75** Пищевая ценность: Белки - 8,47 г, Жиры - 18,40 г, Углеводы - 0,31 г, Калорийность - 200,97 ккал	шт
80	**Картофельное пюре, 80 н** Пищевая ценность: Белки - 1,91 г, Жиры - 2,02 г, Углеводы - 13,55 г, Калорийность - 80,22 ккал	шт
75	**Каша гречневая вязкая, 75** Пищевая ценность: Белки - 2,27 г, Жиры - 2,59 г, Углеводы - 10,28 г, Калорийность - 73,42 ккал	шт
180	**Компот из сухофруктов, 180** Пищевая ценность: Белки - 0,35 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 16,54 г, Калорийность - 68,31 ккал	шт
30	**Хлеб пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,27 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 66,30 ккал	шт
30	**Хлеб ржано-пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 13,00 г, Калорийность - 64,00 ккал	шт
ИТОГО: 710,00 гр	*Пищевая ценность обеда: Белки - 22,16 г, Жиры - 28,36 г, Углеводы - 89,17 г, Калорийность - 701,78 ккал*	

ООО "Гуворо Авруфтия"
Бегматова Г.
Заведующий производством Рахмонов М.

Согласовано: Директор РТ ГБОУ
"СОШ им. Т.Т. Мелешевой" г. Турсунзаде
Бендрикова М.Г.

Меню
Четверг - 2

Выход	Название	Ед. изм.
	Завтрак	
40	**Помидоры св.порционные, 40** Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,67 г, Калорийность - 10,56 ккал	шт
90	**Котлеты рубленые из мяса птицы, (куры) 90** Пищевая ценность: Белки - 22,70 г, Жиры - 22,50 г, Углеводы - 12,87 г, Калорийность - 342,05 ккал	шт
80	**Рожки отварные, 80** Пищевая ценность: Белки - 2,97 г, Жиры - 1,35 г, Углеводы - 19,04 г, Калорийность - 100,25 ккал	шт
80	**Каша гречневая вязкая, 80** Пищевая ценность: Белки - 3,15 г, Жиры - 1,82 г, Углеводы - 14,28 г, Калорийность - 85,99 ккал	шт
200	**Чай с лимоном, 200** Пищевая ценность: Белки - 0,11 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,15 г, Калорийность - 46,05 ккал	шт
40	**Хлеб пшеничный, 40** Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,40 ккал	шт
ИТОГО: 530,00 гр	***Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,45 г, Жиры - 26,14 г, Углеводы - 77,48 г, Калорийность - 673,30 ккал***	

ООО "Гувори Аврусия"

Директор Гулмагомедов Г.

Заведующий производством Рахмонов М.

Согласовано: Директор РТ ГБОУ "СОШ им. [illegible]" г. Турсунзаде

Бендрикова М.

Меню
Четверг - 2

Выход	Название	Ед. изм.
	Обед	
60	**Салат "Орзу", 60** Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 1,10 г, Углеводы - 2,82 г, Калорийность - 25,38 ккал	шт
200	**Суп картофельный с горохом на курином бульоне, 200** Пищевая ценность: Белки - 9,18 г, Жиры - 4,84 г, Углеводы - 30,25 г, Калорийность - 202,26 ккал	шт
200	**Манты из говядины с чаккой , 200** Пищевая ценность: Белки - 14,18 г, Жиры - 9,80 г, Углеводы - 37,80 г, Калорийность - 296,70 ккал	шт
180	**Напиток из плодов шиповника, 180** Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 16,36 г, Калорийность - 71,75 ккал	шт
30	**Хлеб пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,27 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 66,30 ккал	шт
30	**Хлеб ржано-пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 13,00 г, Калорийность - 64,00 ккал	шт
ИТОГО: 700,00 гр	*Пищевая ценность обеда: Белки - 28,95 г, Жиры - 16,50 г, Углеводы - 114,09 г, Калорийность - 726,39 ккал*	

ООО "Гастрономия"
Директор
Заведующий производством Рахмонов М.

Согласовано Директор РТ ГБОУ
"СОШ им. Д. И. Менделеева" Турсунзаде
Бендрикова М. М.

Меню
Пятница - 1

Выход	Название	Ед. изм.
	Обед	
60	**Салат из свежей капусты с огурцом, 60** Пищевая ценность: Белки - 1,12 г, Жиры - 2,07 г, Углеводы - 3,11 г, Калорийность - 36,18 ккал	шт
200/15	**Суп картофельный с мясными фрикадельками, 200/15 н** Пищевая ценность: Белки - 5,69 г, Жиры - 5,18 г, Углеводы - 18,41 г, Калорийность - 142,97 ккал	шт
90/30	**Биточки мясные с томатным соусом, 90/30** Пищевая ценность: Белки - 17,27 г, Жиры - 20,05 г, Углеводы - 14,07 г, Калорийность - 304,69 ккал	шт
150	**Картофель запеченный с сыром, 150 н** Пищевая ценность: Белки - 7,58 г, Жиры - 5,99 г, Углеводы - 36,82 г, Калорийность - 232,58 ккал	шт
200	**Чай с лимоном, 200** Пищевая ценность. Белки - 0,11 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,15 г, Калорийность - 46,05 ккал	шт
30	**Хлеб пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,27 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 66,30 ккал	шт
30	**Хлеб ржано-пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 13,00 г, Калорийность - 64,00 ккал	шт
ИТОГО: 805,00 гр	*Пищевая ценность обеда: Белки - 36,24 г, Жиры - 33,97 г, Углеводы - 110,42 г, Калорийность - 892,77 ккал*	

ООО "Гуворо Авруосие"
Бегматов Н.

Заведующий производством Рахмонов М.

Согласовано - Директор РТ ГБОУ
"СОШ им. Д. И. Менделеева" в г. Турсунзаде
Бендрикова М. М.

Меню

Пятница - 2

Выход	Название	Ед. изм.
	Обед	
60	**Салат из белокочанной капусты с кукурузой, 60** Пищевая ценность: Белки - 1,54 г, Жиры - 2,17 г, Углеводы - 5,96 г, Калорийность - 50,43 ккал	шт
200	**Суп картофельный с лапшой на курином бульоне, 200** Пищевая ценность: Белки - 2,08 г, Жиры - 2,32 г, Углеводы - 14,19 г, Калорийность - 86,88 ккал	шт
90	**Котлеты рубленые из мяса птицы, (куры) 90** Пищевая ценность: Белки - 22,70 г, Жиры - 22,50 г, Углеводы - 12,87 г, Калорийность - 342,05 ккал	шт
150	**Картофель запеченный с сыром, 150 н** Пищевая ценность: Белки - 7,58 г, Жиры - 5,99 г, Углеводы - 36,82 г, Калорийность - 232,58 ккал	шт
180	**Компот из сухофруктов, 180** Пищевая ценность: Белки - 0,35 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 16,54 г, Калорийность - 68,31 ккал	шт
30	**Хлеб пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,27 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 66,30 ккал	шт
30	**Хлеб ржано-пшеничный, 30** Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 13,00 г, Калорийность - 64,00 ккал	шт
ИТОГО: 740,00 гр	*Пищевая ценность обеда: Белки - 34,87 г, Жиры - 33,22 г, Углеводы - 97,63 г, Калорийность - 829,32 ккал*	