

Согласовано:
 Директор ЛР МАОУ СОШ № 1

Н.В.Шахматова



на 3 декабря 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Лангепас ШУ Завтрак 1-4 кл 166р						
13,11	5,00	6,07	189,00	830	Котлета рыбная "Лада"	100
7,34	5,39	46,43	241,10	516	Макаронные изделия отварные с маслом	170
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
2,25	0,87	15,42	78,60	693	Батон	30
22,76	11,26	83,08	568,55			
Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 166р						
13,11	5,00	6,07	189,00	830	Котлета рыбная "Лада"	100
9,50	6,98	60,08	312,02	516	Макаронные изделия отварные с маслом	220
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
2,25	0,87	15,42	78,60	693	Батон	30
24,92	12,85	96,73	639,47			
Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 248 р						
3,10	0,20	6,50	40,00	811	Горошек зеленый консервированный	100
3,79	7,42	17,34	147,54	1021,05	*Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур	250
3,97	9,45	27,55	211,48	911,01	Каша перловая с овощами	180
0,14	1,01	1,50	15,73	901	Соус красный основной	20
25,55	8,66	1,92	187,75	1657,01	Люля-кебаб	100
0	0	22,40	95,00	707	Сок натуральный	200
2,55	0,99	12,75	77,70	1147	Хлеб ржаной.	30
3,21	1,35	16,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30
42,31	29,08	106,01	857,40			
Лангепас ШУ Обед 1-4 кл 248 р						
1,86	0,12	3,90	24,00	811	Горошек зеленый консервированный	60
3,03	5,93	13,87	118,03	1021,05	*Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур	200
3,31	7,88	22,96	176,24	911,01	Каша перловая с овощами	150
0,14	1,01	1,50	15,73	901	Соус красный основной	20
23,00	7,79	1,73	168,98	1657,01	Люля-кебаб	90
0	0	22,40	95,00	707	Сок натуральный	200
2,55	0,99	12,75	77,70	1147	Хлеб ржаной.	30
3,21	1,35	16,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30
37,10	25,07	95,16	757,87			

Технолог:

Ю.Ю. Копецкая