

Согласовано:
Директор ЛГ МАOU СОШ № 1

Н.В.Шахматова



на 12 ноября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Лангепас Завтрак 1-4 кл 166р						
0,48	0,06	1,02	7,80	8,12	Огурцы консервированные ЛПУ	60
11,21	11,20	11,07	191,28	907	Тефтели мясные с луком	80
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
3,77	5,43	38,85	219,30	6,15	Рис отварной ЛПУ	150
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,25	0,87	15,42	78,60	693	Батон	30
17,82	18,22	83,52	571,94			
Лангепас Завтрак 5-11 кл 166р						
0,48	0,06	1,02	7,80	8,12	Огурцы консервированные ЛПУ	60
11,21	11,20	11,07	191,28	907	Тефтели мясные с луком	80
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
4,52	6,52	46,62	263,16	6,15	Рис отварной ЛПУ	180
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,25	0,87	15,42	78,60	693	Батон	30
18,58	19,31	91,29	615,80			
Лангепас Обед 5-11 кл 248 р						
1,59	5,09	7,74	85,53	45	Капуста квашеная с маслом и луком	100
2,88	3,29	23,65	136,68	1033,01	*Свекольник со сметаной и мясом кур	250
22,01	7,39	18,40	228,14	2,12	Рагу из курицы с овощами шк	210
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	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
32,39	18,27	102,46	709,36			
Лангепас Обед 1-4 кл 248 р						
0,95	3,05	4,64	51,32	45	Капуста квашеная с маслом и луком	60
2,30	2,63	18,92	109,35	1033,01	*Свекольник со сметаной и мясом кур	200
20,96	7,04	17,52	217,28	2,12	Рагу из курицы с овощами шк	200
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	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
30,13	15,23	93,76	636,94			

Технолог:

Л.Ф. Васильева