

Согласовано:
Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Н.В.Шахматова



Утверждаю,
Директор
ФГБН ВНИИП
"Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

на 15 января 2025 г.

| Белки, г | Жиры, г | глеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|---|--------------|---------------|---------------|----------|---|----------|
| Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 172р | | | | | | |
| 14,80 | 15,00 | 29,35 | 310,90 | 1066,01 | **Сырники | 140 |
| 0,59 | 2,00 | 4,03 | 32,60 | 904 | Соус молочный (сладкий) | 30 |
| 0,06 | 0,00 | 15,16 | 59,90 | 686 | Чай с лимоном* | 200 |
| 2,25 | 1,00 | 15,42 | 78,60 | 693 | Батон | 30 |
| 0,60 | 1,00 | 14,70 | 70,50 | 976,04 | Фрукты свежие* | 150 |
| 18,30 | 19,00 | 78,66 | 552,50 | | | |
| Лангепас ШУ Завтрак 1-4 кл 172р | | | | | | |
| 14,80 | 15,00 | 29,35 | 310,90 | 1066,01 | **Сырники | 140 |
| 0,40 | 1,00 | 2,69 | 21,70 | 904 | Соус молочный (сладкий) | 20 |
| 0,06 | 0,00 | 15,16 | 59,90 | 686 | Чай с лимоном* | 200 |
| 2,25 | 1,00 | 15,42 | 78,60 | 693 | Батон | 30 |
| 0,60 | 1,00 | 14,70 | 70,50 | 976,04 | Фрукты свежие* | 150 |
| 18,11 | 18,00 | 77,32 | 541,60 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 258 р | | | | | | |
| 1,17 | 8,00 | 15,76 | 148,90 | 14519,01 | Салат из кукурузы с яйцом и луком | 100 |
| 2,64 | 6,00 | 10,01 | 148,70 | 1030,06 | *Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур | 250 |
| 3,41 | 8,00 | 36,52 | 234,12 | 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 |
| 15,20 | 8,00 | 10,07 | 190,10 | 1633,99 | Чикенбол с молочным соусом | 100 |
| 0,12 | 0,00 | 14,85 | 61,10 | 930 | Напиток Ягодка | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 12,75 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 82,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 28,30 | 32,00 | 116,01 | 942,82 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 1-4 кл 258 р | | | | | | |
| 0,70 | 5,00 | 9,46 | 89,30 | 14519,01 | Салат из кукурузы с яйцом и луком | 60 |
| 2,11 | 5,00 | 8,01 | 118,90 | 1030,06 | *Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур | 200 |
| 2,86 | 6,00 | 30,49 | 195,10 | 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 |
| 15,20 | 8,00 | 10,07 | 190,10 | 1633,99 | Чикенбол с молочным соусом | 100 |
| 0,12 | 0,00 | 14,85 | 61,10 | 930 | Напиток Ягодка | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 12,75 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 82,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 26,75 | 26,00 | 101,68 | 814,40 | | | |

Технолог:

Ю.Ю. Колецкая