

Согласовано:

Директор ЛПУ МАОУ СОШ № 1

Н.В.Шахматова



на 16 декабря 2024 г.

| Белки, г | Жиры, г | глеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|---|--------------|---------------|-----------------|--------|---|----------|
| Лангепас ШУ Завтрак 1-4 кл 166р | | | | | | |
| 9,19 | 10,54 | 42,92 | 270,97 | 848 | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 200 |
| 5,38 | 5,60 | 0 | 72,60 | 97 | Сыр (порциями) | 20 |
| 0 | 0 | 16,00 | 83,84 | 1188 | Чай с сахаром | 200 |
| 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 693 | Батон | 30 |
| 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 | 976,04 | Фрукты свежие* | 150 |
| 17,42 | 17,61 | 89,04 | 556,51 | | | |
| Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 166р | | | | | | |
| 11,48 | 13,18 | 53,66 | 338,72 | 848 | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 250 |
| 5,38 | 5,60 | 0 | 72,60 | 97 | Сыр (порциями) | 20 |
| 0 | 0 | 16,00 | 83,84 | 1188 | Чай с сахаром | 200 |
| 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 976,04 | Фрукты свежие* | 100 |
| 4,50 | 1,74 | 30,84 | 157,20 | 693 | Батон | 60 |
| 21,76 | 20,92 | 110,30 | 679,36 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 248 р | | | | | | |
| 6,18 | 13,10 | 4,28 | 159,91 | 75 | Салат Рыжик | 100 |
| 1,67 | 2,29 | 11,03 | 171,66 | 153 | Суп с крупой рисовой и мясными фрикадельками | 250 |
| 18,07 | 11,00 | 14,85 | 234,70 | 319 | Оладьи из печени | 100 |
| 3,97 | 12,41 | 44,61 | 276,01 | 995 | Пюре картофельное | 180 |
| 0,05 | 0 | 23,00 | 92,50 | 1318 | Кисель витаминизированный | 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 |
| 35,71 | 41,14 | 126,57 | 1 094,67 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 1-4 кл 248 р | | | | | | |
| 3,71 | 7,86 | 2,57 | 95,95 | 75 | Салат Рыжик | 60 |
| 1,34 | 1,83 | 8,82 | 137,32 | 153 | Суп с крупой рисовой и мясными фрикадельками | 200 |
| 16,26 | 9,90 | 13,37 | 211,23 | 319 | Оладьи из печени | 90 |
| 3,31 | 10,34 | 37,17 | 230,01 | 995 | Пюре картофельное | 150 |
| 0,05 | 0 | 23,00 | 92,50 | 1318 | Кисель витаминизированный | 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 |
| 30,43 | 32,27 | 113,73 | 926,91 | | | |

Технолог:

Ю.Ю. Копецкая