

Согласовано:
Директор ЛГ-МАОУ СОШ № 1
Н.В.Шахматова

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

на 28 ноября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Гликоиды	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Лангепас ШУ Завтрак 1-4 кл 166р						
6,73	7,00	0	90,75	97	Сыр (порциями)	25
4,74	9,24	27,56	200,36	1454,02	Вареники с фаршем картофельным с луком	130
0,50	4,00	0,68	41,20	986	Сметана порц.	20
1,36	1,50	20,00	88,05	854	Чай с молоком	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
16,18	23,21	78,36	569,46			
Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 166р						
6,73	7,00	0	90,75	97	Сыр (порциями)	25
4,74	9,24	27,56	200,36	1454,02	Вареники с фаршем картофельным с луком	130
0,50	4,00	0,68	41,20	986	Сметана порц.	20
1,36	1,50	20,00	88,05	854	Чай с молоком	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
16,18	23,21	78,36	569,46			
Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 248 р						
1,48	8,39	8,65	115,90	820,01	Салат из свеклы с чесноком	100
5,88	5,53	21,48	156,64	139,08	Суп картофельный с бобовыми и курой	250
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
16,33	2,36	13,41	146,54	1633,49	Биточки рыбные по-домашнему	100
3,97	12,41	44,61	276,01	995	Пюре картофельное	180
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	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
34,84	31,24	139,61	956,13			
Лангепас ШУ Обед 1-4 кл 248 р						
0,89	5,03	5,19	69,54	820,01	Салат из свеклы с чесноком	60
4,70	4,43	17,18	125,31	139,08	Суп картофельный с бобовыми и курой	200
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
14,70	2,12	12,07	131,89	1633,49	Биточки рыбные по-домашнему	90
3,31	10,34	37,17	230,01	995	Пюре картофельное	150
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	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
30,77	24,47	123,07	817,79			

Технолог:
Л.Ф. Васильева