

Согласовано:
Директор ЛГ МАOU СОШ № 1

Н.В.Шахматова



на 29 ноября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Лангепас ШУ Завтрак 1-4 кл 166р						
21,68	6,74	3,83	162,79	1105	Гуляш из курицы	100
7,34	5,39	46,43	241,10	516	Макаронные изделия отварные с маслом	170
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,25	0,87	15,42	78,60	693	Батон	30
31,27	13,00	81,68	546,33			
Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 166р						
26,02	8,09	4,60	195,35	1105	Гуляш из курицы	120
8,63	6,34	54,62	283,65	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,25	0,87	15,42	78,60	693	Батон	30
36,90	15,30	90,64	621,44			
Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 248 р						
0,80	0,10	1,70	13,00	8,12	Огурцы консервированные ЛПУ	100
2,06	6,22	10,11	105,39	124,06	*Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур	250
21,49	18,33	18,68	431,35	893	Жаркое по-домашнему из говядины	220
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	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
30,89	27,04	81,91	810,60			
Лангепас ШУ Обед 1-4 кл 248 р						
0,48	0,06	1,02	7,80	8,12	Огурцы консервированные ЛПУ	60
1,65	4,98	8,08	84,31	124,06	*Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур	200
19,53	16,67	16,98	392,13	893	Жаркое по-домашнему из говядины	200
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	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
28,20	24,09	77,51	745,11			

Технолог:

Л.Ф. Васильева