

Согласовано:
Директор ЛГ МАOU СОШ № 1

Н.В.Шахматова

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



на 6 декабря 2025 г.

| Белки, г | Жиры, г | Гливоды, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|---|--------------|---------------|---------------|-------------|---|----------|
| Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 172р | | | | | | |
| 11,90 | 13,00 | 44,80 | 321,50 | 302 | Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным | 250 |
| 1,36 | 1,00 | 13,00 | 88,10 | 854 | Чай с молоком | 200 |
| 4,59 | 5,00 | 22,31 | 165,20 | 1871,02 | Слойка с клубникой | 85 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 30 |
| 19,35 | 20,00 | 92,61 | 653,00 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 258 р | | | | | | |
| 5,08 | 6,00 | 22,70 | 103,80 | 1655 | Салат из отварной свеклы с яйцом | 100 |
| 1,90 | 6,00 | 9,14 | 132,50 | 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 |
| 5,21 | 5,00 | 33,44 | 262,10 | 1472,01 | Рис отварной с мексиканской смесью | 180 |
| 9,02 | 11,00 | 6,01 | 162,00 | 1027,6/1126 | Котлета Московская с соусом томатным | 110 |
| 0,16 | | 13,88 | 99,10 | 390 | Компот из свежих плодов | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 27,13 | 30,00 | 115,77 | 922,40 | | | |

Технолог:

Ю.Ю. Копецкая

Согласовано:

Директор ДГ МАОУ СОШ № 1

Н.В.Шахматова

Утверждаю,
Директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



на 5 декабря 2025 г.

| Белки, г | Жиры, г | Гливоды, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|---|--------------|---------------|---------------|---------|--|----------|
| Лангепас ШУ Завтрак 1-4 кл 172р | | | | | | |
| 7,98 | 9,00 | 25,08 | 243,40 | 852 | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 200 |
| | | 16,00 | 63,80 | 1188 | Чай с сахаром | 200 |
| 6,21 | 6,00 | 14,16 | 109,50 | 806,13 | Маффин ванильный | 60 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 30 |
| 2,55 | 1,00 | 12,75 | 77,70 | 1186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 |
| 18,24 | 17,00 | 80,49 | 572,60 | | | |
| Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 172р | | | | | | |
| 9,98 | 11,00 | 31,35 | 304,30 | 852 | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 250 |
| | | 16,00 | 63,80 | 1188 | Чай с сахаром | 200 |
| 6,21 | 6,00 | 14,16 | 109,50 | 806,13 | Маффин ванильный | 60 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 30 |
| 2,55 | 1,00 | 12,75 | 77,70 | 1186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 |
| 20,24 | 19,00 | 86,76 | 633,50 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 258 р | | | | | | |
| 2,95 | 7,00 | 18,20 | 213,90 | 1096,14 | Салат "Мозайка" | 100 |
| 2,98 | 6,00 | 15,30 | 137,60 | 1015 | Суп-лапша на курином бульоне | 250 |
| 9,72 | 10,00 | 18,95 | 183,60 | 261,16 | Печень, тушенная в сметанном соусе | 100 |
| 7,58 | 7,00 | 46,34 | 221,50 | 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 |
| 0,12 | | 0,85 | 4,00 | 1242 | Морс ягодный | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 29,11 | 32,00 | 130,24 | 923,50 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 1-4 кл 258 р | | | | | | |
| 1,77 | 4,00 | 10,92 | 128,40 | 1096,14 | Салат "Мозайка" | 60 |
| 2,38 | 5,00 | 12,24 | 110,00 | 1015 | Суп-лапша на курином бульоне | 200 |
| 9,72 | 10,00 | 18,95 | 183,60 | 261,16 | Печень, тушенная в сметанном соусе | 100 |
| 6,32 | 6,00 | 38,62 | 184,60 | 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 |
| 0,12 | | 0,85 | 4,00 | 1242 | Морс ягодный | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 26,07 | 27,00 | 112,18 | 773,50 | | | |

Технолог:

Ю.Ю. Колецакая

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

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



на 4 декабря 2025 г.

| Белки, г | Жиры, г | глеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|---|--------------|---------------|---------------|--------------|--|----------|
| Лангепас ШУ Завтрак 1-4 кл 172р | | | | | | |
| 11,24 | 11,00 | 13,32 | 138,20 | 1699,07 | Котлета рыбная | 100 |
| 4,34 | 4,00 | 27,87 | 218,50 | 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 |
| 0,06 | | 15,16 | 59,90 | 686 | Чай с лимоном | 200 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 30 |
| 0,60 | 1,00 | 14,70 | 70,50 | 976,04 | Фрукты свежие | 150 |
| 17,74 | 17,00 | 83,55 | 565,30 | | | |
| Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 172р | | | | | | |
| 5,21 | 5,00 | 33,44 | 262,10 | 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 |
| 11,24 | 11,00 | 13,32 | 138,20 | 1699,07 | Котлета рыбная | 100 |
| 0,06 | | 15,16 | 59,90 | 686 | Чай с лимоном | 200 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 30 |
| 0,60 | 1,00 | 14,70 | 70,50 | 976,04 | Фрукты свежие | 150 |
| 18,61 | 18,00 | 89,12 | 608,90 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 258 р | | | | | | |
| 1,75 | 5,00 | 9,91 | 93,60 | 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 100 |
| 4,98 | 7,00 | 18,93 | 149,50 | 1058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 250 |
| 4,50 | 3,00 | 28,37 | 149,80 | 518 | Картофель отварной | 180 |
| 9,51 | 14,00 | 7,18 | 162,90 | 1308,11/1126 | Биточек куриный с соусом томатным | 110 |
| | | 22,40 | 95,00 | 707 | Сок натуральный | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 26,50 | 31,00 | 117,39 | 813,70 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 1-4 кл 258 р | | | | | | |
| 1,05 | 3,00 | 5,95 | 56,20 | 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 60 |
| 3,98 | 5,00 | 15,14 | 119,60 | 1058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 200 |
| 9,51 | 14,00 | 7,18 | 162,90 | 1308,11/1126 | Биточек куриный с соусом томатным | 110 |
| 3,75 | 2,00 | 23,64 | 124,80 | 518 | Картофель отварной | 150 |
| | | 22,40 | 95,00 | 707 | Сок натуральный | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 24,05 | 26,00 | 104,91 | 721,40 | | | |

Технолог:
 Ю.Ю. Копецкая

Согласовано:
 Директор ЛГ МАOU СОШ № 1
 Н.В.Шахматова



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

на 3 декабря 2025 г.

| Белки, г | Жиры, г | Гливоды, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|---|--------------|---------------|---------------|---------|---|----------|
| Лангепас ШУ Завтрак 1-4 кл 172р | | | | | | |
| 9,19 | 10,00 | 35,79 | 242,60 | 883 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 200 |
| 8,32 | 8,00 | 18,95 | 202,10 | 1749 | Чизкейк творожный | 70 |
| 0,10 | | 16,00 | 60,20 | 971 | Чай ягодный | 200 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 30 |
| 19,11 | 19,00 | 83,24 | 583,10 | | | |
| Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 172р | | | | | | |
| 11,49 | 13,00 | 44,74 | 303,30 | 883 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250 |
| 8,32 | 8,00 | 18,95 | 202,10 | 1749 | Чизкейк творожный | 70 |
| 0,10 | | 16,00 | 60,20 | 971 | Чай ягодный | 200 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 30 |
| 21,41 | 22,00 | 92,19 | 643,80 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 258 р | | | | | | |
| 6,97 | 6,00 | 25,50 | 115,40 | 1825 | Салат из кукурузы с яйцом, огурцом и луком | 100 |
| 1,83 | 7,00 | 13,19 | 121,30 | 1021 | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250 |
| 16,20 | 11,00 | 62,16 | 433,40 | 1454,01 | Пельмени отварные с маслом | 180 |
| 0,75 | 6,00 | 1,02 | 61,80 | 986 | Сметана порц. | 30 |
| 0,16 | | 4,52 | 20,20 | 932 | Компот из кураги | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 31,67 | 32,00 | 136,99 | 915,00 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 1-4 кл 258 р | | | | | | |
| 4,18 | 4,00 | 15,30 | 69,20 | 1825 | Салат из кукурузы с яйцом, огурцом и луком | 60 |
| 1,46 | 5,00 | 10,55 | 97,00 | 1021 | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 200 |
| 13,50 | 10,00 | 51,80 | 361,20 | 1454,01 | Пельмени отварные с маслом | 150 |
| 0,75 | 6,00 | 1,02 | 61,80 | 986 | Сметана порц. | 30 |
| 0,16 | | 4,52 | 20,20 | 932 | Компот из кураги | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 25,81 | 27,00 | 113,79 | 772,30 | | | |

Технолог:
 Ю.Ю. Копецкая

Согласовано:
Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Н.В.Шахматова

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



на 2 декабря 2025 г.

| Белки, г | Жиры, г | Гливоды, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|---|--------------|---------------|---------------|-------------|--------------------------------------|-----------|
| Лангепас ШУ Завтрак 1-4 кл 172р | | | | | | |
| 6,74 | 6,00 | 41,19 | 196,90 | 998 | Каша гречневая рассыпчатая | |
| 9,02 | 11,00 | 6,01 | 162,00 | 1027,6/1126 | Котлета Московская с соусом томатным | 160 |
| 0 | 0 | 16,00 | 63,80 | 1188 | Чай с сахаром | 110 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 200 |
| 17,26 | 18,00 | 75,70 | 500,90 | | | 30 |
| Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 172р | | | | | | |
| 8,85 | 8,00 | 54,07 | 258,40 | 998 | Каша гречневая рассыпчатая | |
| 9,02 | 11,00 | 6,01 | 162,00 | 1027,6/1126 | Котлета Московская с соусом томатным | 210 |
| 0 | 0 | 16,00 | 63,80 | 1188 | Чай с сахаром | 110 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 200 |
| 19,37 | 20,00 | 88,58 | 562,40 | | | 30 |
| Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 258 р | | | | | | |
| 1,10 | | 13,76 | 123,80 | 811 | Горошек зеленый консервированный | |
| 2,39 | 6,00 | 15,99 | 115,40 | 157 | Солянка домашняя со сметаной | 100 |
| 17,61 | 20,00 | 38,69 | 379,80 | 1020 | Плов с мясом птицы | 250 |
| 0,35 | | 24,36 | 101,70 | 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 200 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 27,21 | 28,00 | 123,40 | 883,60 | | | 30 |
| Лангепас ШУ Обед 1-4 кл 258 р | | | | | | |
| 0,66 | | 8,26 | 74,30 | 811 | Горошек зеленый консервированный | |
| 1,91 | 5,00 | 12,79 | 92,40 | 157 | Солянка домашняя со сметаной | 60 |
| 17,61 | 20,00 | 38,69 | 379,80 | 1020 | Плов с мясом птицы | 200 |
| 0,35 | | 24,36 | 101,70 | 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 200 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 26,29 | 27,00 | 114,70 | 811,10 | | | 30 |

Технолог:

Ю.Ю. Копецкая

Согласовано:

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Н.В.Шахматова

Утверждаю,

Директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

на 1 декабря 2025 г.

| Белки, г | Жиры, г | Гливоды, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюда | Выход, г |
|---|--------------|---------------|---------------|--------------|---|----------|
| Лангепас ШУ Завтрак 1-4 кл 172р | | | | | | |
| 5,10 | 6,00 | 27,89 | 205,60 | 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 200 |
| 7,87 | 7,00 | 20,08 | 138,00 | 919 | Какао с молоком | 200 |
| 4,34 | 5,00 | 20,31 | 165,10 | 1870,01 | Слойка с вишней | 85 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 30 |
| 18,81 | 19,00 | 80,78 | 586,90 | | | |
| Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 172р | | | | | | |
| 6,38 | 8,00 | 34,86 | 257,00 | 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250 |
| 7,87 | 7,00 | 20,08 | 138,00 | 919 | Какао с молоком | 200 |
| 4,34 | 5,00 | 20,31 | 165,10 | 1870,01 | Слойка с вишней | 85 |
| 1,50 | 1,00 | 12,50 | 78,20 | 693 | Батон | 30 |
| 20,09 | 21,00 | 87,75 | 638,30 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 258 р | | | | | | |
| 2,41 | 7,00 | 9,71 | 112,80 | 951 | Винегрет овощной с соленым огурцом | 100 |
| 5,88 | 6,00 | 21,48 | 166,60 | 139 | Суп картофельный с бобовыми | 250 |
| 1,30 | | 7,81 | 40,00 | 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 |
| 5,02 | 7,00 | 35,96 | 266,20 | 1011,03 | Спагетти отварные | 180 |
| 9,09 | 10,00 | 18,50 | 189,90 | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным | 110 |
| 0,12 | | 0,85 | 4,00 | 1242 | Морс ягодный | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 29,58 | 32,00 | 124,91 | 942,40 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 1-4 кл 258 р | | | | | | |
| 1,44 | 4,00 | 5,83 | 67,70 | 951 | Винегрет овощной с соленым огурцом | 60 |
| 4,70 | 4,00 | 17,18 | 133,30 | 139 | Суп картофельный с бобовыми | 200 |
| 1,30 | | 7,81 | 40,00 | 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 |
| 4,18 | 6,00 | 29,97 | 221,90 | 1011,03 | Спагетти отварные | 150 |
| 9,09 | 10,00 | 18,50 | 189,90 | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным | 110 |
| 0,12 | | 0,85 | 4,00 | 1242 | Морс ягодный | 200 |
| 2,55 | 1,00 | 14,55 | 77,70 | 1147 | Хлеб ржаной. | 30 |
| 3,21 | 1,00 | 16,05 | 85,20 | 897 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 26,59 | 26,00 | 110,74 | 819,70 | | | |

Технолог:

Ю.Ю. Колецкая

Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю. Козырева

01.12.25-06.12.25

Свободная раздача

| Выход (г) | Наименование блюда | Стоимость питания |
|--------------|---|----------------------|
| | <u>Обед</u> | |
| 100 | Салат Легкий | 80-00 |
| 100 | Салат с квашенной капусты | 55-00 |
| 100 | Торт печеночный | 120-00 |
| 100 | Салат с крабовыми палочками | 70-00 |
| 100 | Салат Цезарь | 120-00 |
| 100 | Салат Мимоза | 70-00 |
| 100 | Салат из белокочанной капусты с огурцами | 45-00 |
| 100 | Морковь по-корейски | 40-00 |
| 100 | Пирожки с капустой | 45-00 |
| 100 | Салат Оливье | 70-00 |
| 150 | Капуста тушеная | 50-00 |
| 100 | Филе куриное запеченое с сыром | 130-00 |
| 100 | Филе куриное запеченное с помидором и сыром | 130-00 |
| 100 | Котлеты куриные | 100-00 |
| 100 | Гуляш из курицы | 110-00 |
| 100 | Отбивная из свинины | 130-00 |
| 100 | Гуляш из мяса говядины | 130-00 |
| 100 | Рыба жареная (минтай тушка) | 70-00 |
| 150 | Картофель запеченый | 50-00 |
| 100 | Драникисо сметаной | 80-00 |
| 100 | Оладьи со сметаной или сущ.молоком | 60-00 |
| 100 | Плов куриный | 80-00 |
| 100 | Салат Крестьянский | 60-00 |
| 100 | Манты с говядиной | 130-00 |
| 250 | Плов мясной | 180-00 |
| 150 | Макаронные изделия отварные с маслом | 40-00 |
| 150 | Пюре картофельное | 50-00 |
| 100 | Чебуреки с говядиной | 80-00 |
| 150 | Рис припущенный | 40-00 |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая | 40-00 |
| 150 | Каша молочная в ассортименте | 40-00 |
| 200 | Компот из свежих яблок | 30-00 |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | 30-00 |
| 200 | Компот из ягод | 30-00 |
| 200 | Чай с сахаром | 10-00 |
| 200 | Сок натуральный | 30-00 |

Главный
технолог