

Согласовано:
Директор ЛГ МАОУ СОШ №1

Н.В.Шахматова



на 09 декабря 2024 г.

| Белки, г | Жиры, г | Гликозиды, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|---|--------------|--------------|---------------|---------|--|----------|
| Атопический дерматит (Рудько Д.И.) | | | | | | |
| Лангепас (завтрак) 1-4кл 166р | | | | | | |
| 6,98 | 6,00 | 17,14 | 147,80 | 810 | Бутерброд с сыром | 50 |
| 7,19 | 6,00 | 35,79 | 242,60 | 883,03 | Каша пшеничная молочная жидкая с растительным маслом | 200 |
| 1,45 | 2,00 | 2,35 | 30,00 | 10,19 | Чай с молоком | 200 |
| 0,60 | 1,00 | 14,70 | 110,00 | 976 | Яблоки свежие | 150 |
| 16,22 | 15,00 | 69,98 | 530,40 | | | |
| Лангепас (обед) 1-4 кл 248 р | | | | | | |
| 2,62 | 6,00 | 1,45 | 67,40 | 14519,1 | Салат с яйцом,огурцом и луком | 60 |
| 1,52 | 5,00 | 7,36 | 109,70 | 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200 |
| 12,59 | 11,00 | 2,09 | 113,80 | 1436,01 | Митболы | 90 |
| 0,23 | 2,00 | 1,22 | 20,00 | 1630 | Соус белый основной со сметаной | 20 |
| 5,71 | 4,00 | 36,42 | 205,30 | 6,16 | Макаронные изделия отварные с маслом растительным | 150 |
| | | 6,99 | 27,90 | 14539,3 | Чай с сахаром | 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 |
| 28,43 | 30,00 | 84,33 | 704,00 | | | |

Технолог:

Согласовано:
Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Н.В.Шахматова



на 7 декабря 2024 г.

| Белки, г | Жиры, г | глеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|---|--------------|--------------|-----------------|--------|--------------------------------|----------|
| Лангепас ШУ Завтрак 5-11 кл 166р | | | | | | |
| 19,21 | 21,41 | 4,87 | 289,56 | 891 | Омлет запеченный или паровой | 190 |
| 1,36 | 6,48 | 12,98 | 104,62 | 5,01 | Салат из свеклы отварной | 100 |
| 0,06 | 0,01 | 15,16 | 59,85 | 686 | Чай с лимоном* | 200 |
| 4,50 | 1,74 | 30,84 | 157,20 | 693 | Батон | 60 |
| 25,13 | 29,64 | 63,86 | 611,23 | | | |
| Лангепас ШУ Обед 5-11 кл 248 р | | | | | | |
| 6,18 | 13,10 | 4,28 | 159,91 | 75 | Салат Рыжик | 100 |
| 5,88 | 5,54 | 21,48 | 156,64 | 139 | Суп картофельный с бобовыми | 250 |
| 16,18 | 24,55 | 0,15 | 286,00 | 889 | Птица запеченная со сметаной * | 100 |
| 4,30 | 8,10 | 17,09 | 153,58 | 999 | Капуста тушеная | 180 |
| 0,16 | 0,16 | 23,88 | 99,10 | 390 | Компот из свежих плодов | 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 |
| 38,46 | 53,79 | 95,68 | 1 015,14 | | | |

Технолог:

Ю.Ю. Колецкая