

Согласовано:
Директор ЛГ МАОУ СОШ №1

Н.В.Шахматова



на 09 декабря 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Гликоиды,	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