

Согласовано:

Директор ЛГ МАОУ СОШ № 1

Н.В.Шахматова

Директор
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



на 21 сентября 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Лангепас (завтрак) 5-11кл 166р						
5,58	4,50	13,71	118,25	810	Бутерброд с сыром	40
7,56	10,91	35,65	275,36	846	Каша овсяная Геркулес вязкая мол	250
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200
2,25	0,75	31,50	144,00	974	Бананы	150
19,27	19,97	100,94	727,61			
Лангепас 5-11 кл (обед) 248 р						
1,44	6,10	6,68	87,79	1228	Салат из отварной свеклы с огурца	100
1,76	5,53	12,25	157,08	577,01	Суп Харчо с филе куриным	250
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,21	1,52	2,25	23,59	901	Соус красный основной	30
5,04	3,61	4,21	70,08	967	Голубцы ленивые из мяса	70
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30
23,01	26,27	120,16	873,60			

Технолог:
