

ООО АБК -ПЭЙМЕНТ МБОУ "Кармалинская СОШ"  
 директор школы:  
 повар:

02.02.2026

Горячий автрак (младшие)

|                                               | выход | стоимость | Жиры  | угл_ды | ккал   |
|-----------------------------------------------|-------|-----------|-------|--------|--------|
| Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5) | 50    |           | 7,86  | 14,83  | 155    |
| Котлеты "Нежные" из куриных грудок            | 90    |           | 9,63  | 21,79  | 199,8  |
| Макаронные изделия отварные(рожки)            | 153   |           | 2,88  | 31,96  | 176,1  |
| чай с сахаром, с яблоком                      | 200   |           | 0,06  | 8,97   | 36,68  |
| хлеб пшеничный                                | 20    |           | 0,16  | 9,84   | 47     |
| ИТОГО:                                        | 513   | 92,89     | 20,59 | 87,39  | 614,58 |

Горячий автрак (старшие)

|                                               |     |       |       |       |        |
|-----------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5) | 50  |       | 7,86  | 14,83 | 155    |
| Котлеты "Нежные" из куриных грудок            | 100 |       | 10,7  | 24,21 | 211,11 |
| Макаронные изделия отварные(рожки)            | 183 |       | 5,15  | 40,45 | 241    |
| чай с сахаром, с яблоком                      | 200 |       | 0,06  | 8,97  | 36,68  |
| хлеб пшеничный                                | 20  |       | 0,16  | 9,84  | 47     |
| хлеб ржаной                                   | 20  |       | 0,24  | 7,92  | 39,6   |
| ИТОГО:                                        | 550 | 93,71 | 23,93 | 99,92 | 693    |

Завтрак (младшие)

|                                               |     |  |       |       |        |
|-----------------------------------------------|-----|--|-------|-------|--------|
| Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5) | 50  |  | 7,86  | 14,83 | 155    |
| каша пшеничная молочная                       | 200 |  | 10,86 | 35,49 | 280,46 |
| чай с сахаром, с яблоком                      | 200 |  | 0,06  | 8,97  | 36,68  |
| батон нарезной                                | 50  |  | 1,45  | 25,7  | 131    |
| итого:                                        | 500 |  | 20,23 | 84,99 | 603,14 |

Обед (младшие)

|                                                  |       |        |       |        |         |
|--------------------------------------------------|-------|--------|-------|--------|---------|
| Борщ и свежей капусты с картофелем и со сметаной | 200/5 |        | 13,69 | 22,93  | 233,1   |
| Котлеты "Нежные" из куриных грудок               | 90    |        | 9,63  | 21,79  | 199,8   |
| Макаронные изделия отварные(рожки)               | 153   |        | 2,88  | 31,96  | 176,1   |
| Напиток из плодов шиповника                      | 200   |        | 0,1   | 20,2   | 123,6   |
| хлеб пшеничный                                   | 20    |        | 0,16  | 9,84   | 47      |
| хлеб ржаной                                      | 40    |        | 0,48  | 15,84  | 79,2    |
| ИТОГО:                                           | 708   | 139,01 | 26,94 | 122,56 | 858,8   |
| всего:                                           | 1208  |        | 47,17 | 207,55 | 1461,94 |

Горячий автрак (старшие)

|                                               |     |  |       |       |        |
|-----------------------------------------------|-----|--|-------|-------|--------|
| Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5) | 50  |  | 7,86  | 14,83 | 155    |
| Котлеты "Нежные" из куриных грудок            | 100 |  | 10,7  | 24,21 | 211,11 |
| Макаронные изделия отварные(рожки)            | 183 |  | 5,15  | 40,45 | 241    |
| чай с сахаром, с яблоком                      | 200 |  | 0,06  | 8,97  | 36,68  |
| хлеб пшеничный                                | 20  |  | 0,16  | 9,84  | 47     |
| хлеб ржаной                                   | 20  |  | 0,24  | 7,92  | 39,6   |
| ИТОГО:                                        | 550 |  | 23,93 | 99,92 | 693    |

Дополнительное питание (старшие)

|                                                  |       |        |       |       |         |
|--------------------------------------------------|-------|--------|-------|-------|---------|
| Борщ и свежей капусты с картофелем и со сметаной | 250/5 |        | 13,69 | 22,93 | 233,1   |
| Напиток из плодов шиповника                      | 200   |        | 0,1   | 20,2  | 123,6   |
| батон нарезной                                   | 40    |        | 1,16  | 20,56 | 104,8   |
| итого:                                           | 495   |        | 14,55 | 51,86 | 373,08  |
| всего:                                           | 1058  | 141,56 | 38,68 | 152,2 | 1086,27 |