

ООО АБК -ПЭЙМЕНТ

директор школы:  
повар:



МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гилаев

А.М.Гилаева



четверг 2 неделя 02.02.2023

**Горячий завтрак (младшие)**

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
блины с маслом сливочным	50		6,55	7,03	16,26	160,10
Плов с куриными грудками	50/150		20,43	13,8	41,55	372
Чай с сахаром	200		0,13	0,02	10,2	42
Хлеб сельский/ белый	30/20		2,5	0,75	14,8	79
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>77,09</b>	<b>20,18</b>	<b>19,15</b>	<b>86,07</b>	<b>665</b>

**Горячий завтрак 5-11 классы**

блины с маслом сливочным	50		6,55	7,03	16,26	160,10
Плов с куриными грудками	50/200		14,73	19,86	36,23	387,80
Чай с сахаром	200		0,12	0,02	9,76	40
Хлеб пшеничный	20		2,280	0,240	19,730	70
Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>60,40</b>	<b>21,76</b>	<b>22,42</b>	<b>94,65</b>	<b>653</b>

**Завтрак (младшие)**

Бутерброд с повидлом (30/5/15)	50		2,4	3,87	17,83	156
Каша пшеничная молочная с маслом сливочн	200		10,7	4,76	55,2	307,5
Чай с сахаром	200		0,7	0,02	10	40
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>18,99</b>	<b>19,39</b>	<b>82,11</b>	<b>609,52</b>

**Обед (младшие)**

Блины с маслом сливочным 45/5	50		3,33	6,09	17,39	137,5
Борщ со св. капустой, картофелем, со сметаной	200/10		1,7	5,44	9,11	99,2
Плов с куриными грудками	50/150		19,58	13,54	41,38	364
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	14,90	63
Хлеб ржаной	50		2,92	0,6	19,8	99
<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>114,64</b>	<b>27,69</b>	<b>26,83</b>	<b>112,58</b>	<b>782,05</b>
<b>Всего:</b>	<b>1210</b>		<b>46,68</b>	<b>46,22</b>	<b>194,69</b>	<b>1391,57</b>