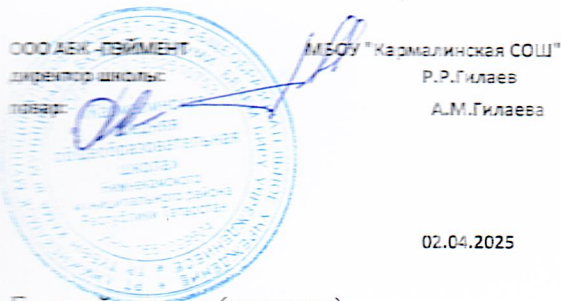




02.04.2025

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
Горячий завтрак (младшие)						
Котлеты Здоровье из куриных грудок	90		11,20	10,96	24,82	229,63
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/3		4,60	7,19	20,56	165,30
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	503	83,89	20,19	18,77	80,22	558,85
Горячий завтрак (старшие)						
Котлеты Здоровье из куриных грудок	100		12,44	12,17	27,57	295,14
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		5,52	8,19	24,67	194,40
Горошек консервированный(доп гарнир)	15		0,40	1,07	2,18	20,07
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	558	87,18	22,75	22,05	90,96	673,53
Завтрак (младшие)						
Фрукты(яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5		11,26	14,01	23,68	247,80
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	45		3,38	1,31	23,13	117,90
	500		15,17	15,74	64,81	446,72
Обед (младшие)						
Суп гороховый с гренками	200/5		7,24	7,96	30,41	250,82
Котлеты Здоровье из куриных грудок	90		11,20	10,96	24,82	229,63
Каша гречневая (вязкая) с маслом сливочным	150/3		4,60	7,19	20,56	165,3
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	703		27,62	26,77	122,00	856,80
	1203	126,99	42,79	42,51	186,81	1303,52
Горячий завтрак (старшие)						
Котлеты Здоровье из куриных грудок	100		12,44	12,17	27,57	295,14
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		5,52	8,19	24,67	194,40
Горошек консервированный(доп гарнир)	15		0,40	1,07	2,18	20,07
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	558	87,18	22,75	22,05	90,96	673,53
Дополнительное питание (старшие)						
Суп гороховый с гренками	250/7		7,24	7,96	30,41	250,82
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	487		11,73	10,41	60,32	422,83



МБОУ "Азмалинская СОШ"

Р.Р.Гилаев

А.М.Гилаева

03.04.2025

	выход	цена	белки	жары	уг-ды	калории
Горячий завтрак (м.ладшие)	30		2,70	5,40	14,20	135,00
Крекер	90		8,86	10,56	6,76	109,59
Тефтели мясные с геркулесом	150/3		5,68	2,83	31,96	176,10
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Напиток из плодов шиповника	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб пшеничный	503	83,89	20,12	19,18	87,88	614,79
Итого:						

горячий завтрак (старшие)	20		1,48	1,83	5,42	62,14
Печенье	100		12,84	12,23	28,50	177,32
Тефтели мясные с геркулесом	180/3		9,64	7,60	33,35	241,94
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Напиток из плодов шиповника	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб пшеничный	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Хлеб ржаной	553	87,18	28,06	22,33	109,19	711,40
Итого:						

Завтрак (младшие)	30		2,70	5,40	14,20	135,00
Крекер	200		10,95	11,84	22,01	211,46
Каша кукурузная молочная	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Чай с сахаром	70		5,24	2,02	35,98	183,40
Батон нарезной	500		18,96	19,28	80,19	561,86
Итого:						

Обед (младшие)	250		5,53	8,59	28,53	174,50
Щи из св.капусты с картофелем	90		8,86	10,56	6,76	109,59
Тефтели мясные с геркулесом	150/3		5,68	2,83	31,96	176,10
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Напиток из плодов шиповника	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб пшеничный	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб ржаной	733	126,99	23,51	22,53	105,21	670,39
Итого:						
Всего:	1233		42,47	41,81	185,40	1232,25

дополнительное питание (старшие)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
яблоко	200		10,95	11,84	22,01	211,46
Каша кукурузная молочная	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Чай с сахаром	20		4,87	1,88	33,41	170,30
Батон нарезной	520		12,92	12,84	50,09	342,86
Итого:						

Горячий завтрак (старшие)	20		1,48	1,83	5,42	62,14
Печенье	100		12,84	12,23	28,50	177,32
Тефтели мясные с геркулесом	180/3		9,64	7,60	33,35	241,94
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Напиток из плодов шиповника	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб пшеничный	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Хлеб ржаной	553		23,62	22,33	100,19	711,40
Итого:						
Всего:	1073	131,9	36,54	35,17	150,28	1054,26



МБОУ "Кармалтинская СОШ"
Р.Р.Гилаев
А.М.Гилаева

04.04.2025

Горячий завтрак(остальные)

	Выход	Стоп-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Гуляш из куриной грудки(50/50)	100		8,64	9,83	13,40	209,39
Пюре картофельное	150		3,09	4,98	39,48	177,55
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Итого:	580	83,89	18,49	18,99	80,05	563,04

Горячий завтрак(старшие)

Гуляш из куриной грудки(50/50)	100		8,64	9,83	13,40	209,39
Пюре картофельное	180		3,68	5,76	44,53	164,70
Свекла отварная(дольками)(доп гарнир)	30		0,42	1,80	2,48	27,84
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	36,90
Итого:	550	87,18	18,66	19,32	80,78	547,13

Завтрак (младшие)

Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/3		6,61	9,83	21,12	211,89
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132,00
Итого:	503	14,85	15,51	64,37	449,49	

Обед (младшие)

Свекла отварная(дольками)(доп гарнир)	60		0,84	3,61	4,96	55,68
Суп картофельный с крупой перловой	200		7,15	4,27	18,06	114,60
Гуляш из куриной грудки(50/50)	100		8,64	9,83	13,40	209,39
Пюре картофельное	150		3,09	4,98	39,48	177,55
Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	36,90
Итого:	750	22,72	23,25	104,57	690,42	
Всего:	1253	126,99	37,57	38,76	168,94	1139,91

Горячий завтрак(старшие)

Гуляш из куриной грудки(50/50)	100		8,64	9,83	13,40	209,39
Пюре картофельное	180		3,68	5,76	44,53	164,70
Свекла отварная(дольками)(доп гарнир)	30		0,42	1,80	2,48	27,84
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	36,90
Итого:	550	18,66	19,32	80,78	547,13	

Дополнительное питание(старшие)

Крекер	35		3,15	6,30	16,56	157,50
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200/3		9,72	12,97	29,87	279,69
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	20		1,50	0,58	10,28	52,40
Итого:	453	14,03	14,01	60,02	406,19	
Всего:	1008	131,9	32,69	33,33	140,40	953,32



МБОУ "Кармалинская СОШ"
Р.Р.Гилаев
А.М.Гилаева

05.04.2025

выход стоим. белки жиры углевы ккалл

Горячий завтрак (младшие)

Котлета рубленая из куриной грудки	90	9,70	11,63	14,99	209,80
Пюре гороховое с маслом сливочным	150/3	6,09	8,26	30,06	244,95
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	503	83,89	20,12	20,51	79,69

616,65

Горячий завтрак (старшие)

Котлета рубленая из куриной грудки	100	10,77	12,92	16,65	233,11
Пюре гороховое с маслом сливочным	180/3	7,81	9,26	41,95	266,40
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого:	553	87,18	23,57	22,92	97,20

681,21

Горячий завтрак (старшие)

Котлета рубленая из куриной грудки	100	10,77	12,92	16,65	233,11
Пюре гороховое с маслом сливочным	180/3	7,81	9,26	41,95	266,40
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого:	553	23,57	22,92	97,20	681,21

Завтрак (старшие)

сырники из творога	60	9,51	2,94	9,39	102,30
Каша манная молочная с маслом сливочным	150/3	5,22	8,90	18,09	122,60
Чай с молоком и сахаром	200	1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Итого:	433	14,05	13,77	46,68	330,37
Всего:	986	131,9	37,62	36,69	143,88

1011,58