



МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

04.05.2023

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>						
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка картофельная с мясом	50/130		15,09	19,59	28,15	365,09
солёные огурцы(доп гарнир)	50		0,40	0,05	0,85	5,00
Напиток из сухофруктов	200		0,66	0,09	20,04	84,80
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>77,09</b>	<b>20,15</b>	<b>20,61</b>	<b>81,52</b>	<b>611,99</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	240/10		17,54	22,85	34,00	436,57
Напиток из сухофруктов (75°C)	200		0,66	0,09	20,04	84,80
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>60,40</b>	<b>22,86</b>	<b>23,94</b>	<b>90,98</b>	<b>698,27</b>
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5		9,74	13,06	9,83	204,40
Чай с мармеладом	190/10		0,07	0,02	7,85	29,80
Печенье	50		3,70	4,70	36,55	203,50
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>18,38</b>	<b>19,66</b>	<b>87,61</b>	<b>607,83</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5		1,57	2,69	18,93	91,10
Запеканка картофельная с мясом	50/130		15,09	19,59	28,15	365,09
солёные огурцы(доп гарнир)	50		0,40	0,05	0,85	5,00
Напиток из сухофруктов	200		0,66	0,09	20,04	84,80
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45		2,97	0,54	17,82	89,10
<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>114,64</b>	<b>22,21</b>	<b>23,12</b>	<b>95,63</b>	<b>682,09</b>
<b>Всего:</b>	<b>1200</b>		<b>40,59</b>	<b>42,78</b>	<b>183,24</b>	<b>1289,92</b>