



ООО АБК-ПЭЙМЕНТ

директор школы:

повар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

пятница 1 неделя 05.05.2023

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
Завтрак (младшие)						
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/20		14,20	19,06	38,99	386,00
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
Итого:	500		18,48	20,03	82,69	598,02
Обед (младшие)						
Суп гороховый с гречками	200/10		7,49	13,58	38,36	338,62
Птица тушеная в сметанно- томатном соусе	50/50		10,65	11,66	3,51	166,00
Макаронные изделия (рожки) отварные	150		5,67	2,12	31,93	169,42
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	45		2,97	0,54	17,82	89,10
Итого:	725	114,64	28,46	28,22	112,37	856,74
Всего:	1225		46,94	48,25	195,06	1454,76
Горячий завтрак (младшие)						
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/20		14,20	19,06	38,99	386,00
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	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	500	77,09	18,33	19,96	79,67	577,12
Горячий завтрак (старшие)						
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка из творога с молоком сгущенным	170/30		9,98	16,24	55,06	242,80
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:	560	60,40	17,40	17,96	89,70	523,72