



ООО АБК-ПЭИМЕНТ
директор школы:
повар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"
Р.Р.Гиляев
А.М.Гиляева

06.02.2026

Горячий завтрак (младшие)	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Фрукты (яблоко)	100		0,4	0,40	9,80	47,00
шницель куриный в томатном соусе	75/25		10,09	9,24	12,14	205,63
Рис отварной	150		3,32	7,00	52,20	203,00
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
итого:	570	9 2,89	19,41	20,34	86,59	561,23

Горячий завтрак(старшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,4	0,40	9,80	47,00
шницель куриный в томатном соусе	75/25		10,09	9,24	12,14	205,63
Рис отварной	180		9,38	13,40	45,76	305,60
компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	20		1,5 2	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
итого:	630	93,7 1	23,53	23,72	100,33	711,23

Завтрак (младшие)						
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша ячневая молочная	153		10,61	13,83	41,62	331,89
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
итого:	503		18,84	19,22	79,73	568,49

Обед (младшие)						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		9,94	10,8 2	15,56	203,9
шницель куриный в томатном соусе	75/25		10,09	9,24	12,14	205,63
Рис отварной	150		3,32	7,00	52,20	203,00
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	40		2,64	0,48	15,84	79,20
итого:	715	139,01	27,67	27,86	116,49	785,33
	1218		46,5 1	47,08	196,22	1353,82

Горячий завтрак(старшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,4	0,40	9,80	47,00
шницель куриный в томатном соусе	75/25		10,09	9,24	12,14	205,63
Рис отварной	180		9,38	13,40	45,76	305,60
компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	20		1,5 2	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
итого	630		23,53	23,72	100,33	711,23

Дополнительное питание (старшие)						
Каша ячневая молочная	203		9,72	12,97	29,87	279,69
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	40		3,00	1,16	20,56	104,80
итого:	443		16,8	17,67	53,04	443,09
	1073	141,56	40,33	41,39	153,37	1154,32