

ООО АБК-ПЭИМЕНТ

директор школы
повар



МБОУ" Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

четверг 1 неделя 06.10.2022

завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
Каша кукурузная молочная с маслом слив	180/5		6,78	7,07	43,89	266,70
Какао с молоком	200		1,08	3,54	7,60	78,70
Печенье	50		10,27	11,94	17,32	210,81
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
Итого:	500		20,00	20,43	87,19	616,34

Обед (младшие)

Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Борщ из свежей капусты с картофелем	250		1,83	4,92	10,93	103,75
Запеканка картофельная с мясом	180		17,74	24,03	28,30	387,85
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	32,00	132,80
Хлеб пшеничный	20		1,32	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45		2,96	0,54	17,78	88,92
Итого:	795	106,00	25,95	28,15	111,65	807,32
Всего:	1295		45,95	48,58	198,84	1423,66

Горячий завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
яблоко	100		0,4	0,4	9,8	47
Картофельная запеканка с мясом	180		17,740	24,030	28,300	387,850
напиток из сухофруктов	200		0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,8	70,5
Итого:	510	68,45	21,12	24,77	84,9	638

Горячий завтрак 5-11 классы

яблоко	100		0,4	0,4	9,8	47
Картофельная запеканка с птицей, с маслом	240/10		16,530	18,620	41,690	438,000
напиток из сухофруктов	200		0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный	35		2,85	0,33	17,19	82,09
хлеб ржаной	40		2,130	0,480	15,810	79
Итого:	625	59,90	23,01	21,96	98,40	651,60