



ООО АБК - ПЭЙМЕНТ

МБОУ "Кармалинская СОШ"

директор школы:

Р.Р.Гиляев

повар:

А.М.Гиляева

10.05.2023

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
запеканка из творога с сгущенным молоком	130/20		14,20	19,06	38,90	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
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>18,48</b>	<b>20,73</b>	<b>82,60</b>	<b>598,02</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
Бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Суп картофельный с горохом	200		5,39	7,22	13,23	198,60
Плов с куриными грудками	50/150		13,42	11,43	37,93	270,50
Напиток из замороженных фруктов	200		0,20	0,10	19,82	68,12
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>705</b>	<b>114,64</b>	<b>25,86</b>	<b>26,94</b>	<b>113,53</b>	<b>809,32</b>
<b>Всего:</b>	<b>1205</b>		<b>44,34</b>	<b>47,67</b>	<b>196,13</b>	<b>1407,34</b>
<b>Горячий завтрак (младшие) 1-4 классы</b>						
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Плов с куриными грудками	50/150		13,42	11,43	37,93	270,50
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
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>77,09</b>	<b>20,17</b>	<b>19,54</b>	<b>87,66</b>	<b>570,42</b>
<b>горячий завтрак 5-11 классы</b>						
Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Плов с куриными грудками (50/200)	250		15,18	14,14	35,51	317,00
Напиток из замороженных фруктов	200		0,20	0,10	19,82	68,12
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>550</b>	<b>60,40</b>	<b>22,00</b>	<b>22,33</b>	<b>96,86</b>	<b>651,02</b>