



ООО АБК-ПЭЙМЕНТ
директор школы:
повар

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев
А.М.Гиляева

12.02.2026

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
Горячий завтрак (младшие)						
Морковь свежая порционно(доп гар)	60		0,88	0,06	3,84	19,80
Плов и куриной грудки(50/150)	200		15,42	18,96	49,93	418,50
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	500	92,89	19,89	19,48	84,48	593,42
Горячий завтрак (старшие)						
Морковь свежая порционно(доп гар)	50		0,73	0,06	3,84	19,80
Плов и куриной грудки(50/200)	250		14,28	19,70	67,41	503,00
какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	500	93,71	19,89	19,48	84,48	593,42
Завтрак (младшие)						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83	155,00
Каша геркулесовая молочная вязкая	185		4,99	7,40	28,81	206,30
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,41	170,30
Итого:	500		20,21	20,68	79,66	590,20
Обед (младшие)						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250		2,80	6,92	16,93	133,75
Морковь свежая порционно(доп гар)	50		0,88	0,06	3,84	19,80
Плов и куриной грудки(50/150)	200		15,42	18,96	49,93	418,50
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб ржаной	50		3,30	0,60	19,80	36,64
Итого:	710	139,01	28,29	28,59	111,46	789,36
Всего:	1210		48,50	49,27	191,12	1379,56
Горячий завтрак (старшие)						
Морковь свежая порционно(доп гар)	50		0,73	0,06	3,84	19,80
Плов и куриной грудки(50/200)	250		14,28	19,70	67,41	503,00
какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	500		19,89	19,48	84,48	593,42
Дополнительное питание (старшие)						
Каша геркулесовая молочная вязкая	205		9,21	13,40	41,21	286,03
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
батон нарезной	40		3,00	1,16	20,56	104,80
Итого:	455		12,96	14,62	77,72	459,35
Всего:	1005	141,56	36,31	38,51	177,58	1167,35