

ООО АБН-ПРЕЙМЕНТ
директор школы: МБОУ "Кармалинская СОШ"
повар:

Р.Р.Гиляев
А.М.Гиляева

12.01.2026

Горячий завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
яблоко	100		0,40	0,40	9,80	47,00
сосиски отварные	100		9,32	6,06	5,98	95,00
пюре картофельное	200		6,90	11,71	47,90	324,00
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Всего:	603	92,89	19,46	19,76	80,52	558,67

Горячий завтрак (старшие)

капуста квашенная (доп гарнир)	60		1,00	3,00	5,04	51,40
запеканка картофельная с мясом	250		19,78	20,71	71,55	532,00
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Всего:	560	93,71	25,90	25,54	108,19	746,57

Завтрак (младшие)

бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Каша рисовая молочная	185		9,24	9,16	28,23	218,12
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
Итого:	500		18,72	20,16	87,40	602,71

Обед (младшие)

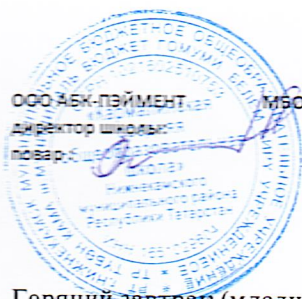
борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200/5		6,57	8,69	16,03	293,10
сосиски отварные	100		9,32	6,06	5,98	95,00
пюре картофельное	200		6,90	11,71	47,90	324,00
капуста квашенная (доп гарнир)	60		1,00	3,00	5,04	51,40
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45		2,97	0,54	17,82	89,10
Итого:	803	139,01	27,56	28,80	122,87	861,24
Всего:	1303		46,28	48,96	210,27	1463,95

Горячий завтрак (старшие)

капуста квашенная (доп гарнир)	60		1,00	3,00	5,04	51,40
запеканка картофельная с мясом	250		19,78	20,71	71,55	532,00
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Всего:	560		25,90	25,54	108,19	746,57

Дополнительное питание (старшие)

Каша рисовая молочная	230		11,80	11,70	36,07	278,70
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
батон нарезной	40		3	1,16	20,56	104,8
всего:	475		15,50	12,96	78,66	476,40
Итого:	1035	141,56	38,4	36,5	178,85	1188,97



ООО АБК-ПЭЙМЕНТ МБОУ "Кармалинская СОШ"
директор школы: Р.Р.Гилаев
повар: А.М.Гилаева

13.01.2026

Горячий завтрак (младшие)	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
Бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Биточки рыбные с овощами	75/25		5,58	6,28	20,95	160,2
Макаронные изделия отварные	153		5,68	2,88	31,96	176,1
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	513	92,89	18,31	19,49	87,62	579,40

Горячий завтрак (старшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Биточки рыбные с овощами	75/25		5,58	6,28	20,95	160,2
Макаронные изделия отварные	153		5,68	2,88	31,96	176,1
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	643	93,71	24,05	24,03	100,72	711,14

Завтрак (младшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша гречневая молочная	155		11,47	14,42	36,78	356,1
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
батон нарезной	45		3,37	1,30	23,13	117,90
	500		18,41	18,80	79,69	581,10

Обед (младшие)						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10		11,50	6,82	15,56	93,90
Биточки рыбные с овощами	75/25		5,58	6,28	20,95	160,2
Макаронные изделия отварные	153		5,68	2,88	31,96	176,1
Напиток из яблок и изюма	200		0,2	0,10	19,82	68,12
хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	703		26,00	26,26	112,13	782,87
	1203	139,01	42,27	45,06	191,82	1363,97

Горячий завтрак (старшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Биточки рыбные с овощами	75/25		5,58	6,28	20,95	160,2
Макаронные изделия отварные	153		5,68	2,88	31,96	176,1
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	643		24,05	24,03	100,72	711,14

Дополнительное питание (старшие)						
Каша гречневая молочная вязкая	230/5		17,58	22,11	56,39	396,10
напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
батон нарезной	40		3,00	1,16	0,20,562	104,80
итого:	475		20,78	23,37	96,77	569,02
всего:	1128	141,56	42,59	45,56	196,81	1230,72