

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ

МБОУ "Кармалинская СОШ"

директор школы:

Р.Р.Гиляев

повар:

А.М.Гиляева

вторник 1 неделя 13.12.2022

**Завтрак (младшие)**

|  | выход      | цена | белки       | жиры        | уг-ды        | ккалл        |
|--|------------|------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| Бутерброд с сыром (30/15/5)                | 50         |      | 6,27        | 7,03        | 14,83        | 155          |
| Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч | 200        |      | 9           | 9,85        | 40,09        | 285          |
| Кофейный напиток с молоком                 | 200        |      | 3,170       | 2,680       | 9,980        | 60,100       |
| Батон нарезной                             | 50         |      | 3,76        | 1,74        | 30,84        | 132          |
| <b>Итого:</b>                              | <b>500</b> |      | <b>22,2</b> | <b>21,3</b> | <b>95,74</b> | <b>632,1</b> |

**Обед (младшие)**

|                                      |             |            |               |               |                |             |
|--------------------------------------|-------------|------------|---------------|---------------|----------------|-------------|
| Рассольник ленинградский со сметаной | 200/10      |            | 1,87          | 5,57          | 9,94           | 102         |
| овощи тушеные с мясом                | 200         |            | 14,1          | 11,37         | 10,39          | 287         |
| капуста квашеная(доп гарнир)         | 50          |            | 0,92          | 1,61          | 3,6            | 32,6        |
| Напиток из замороженных фруктов      | 200         |            | 0,200         | 0,100         | 19,820         | 89,000      |
| Хлеб пшеничный                       | 20          |            | 1,32          | 0,16          | 9,84           | 47          |
| Хлеб ржаной                          | 45          |            | 2,96          | 0,54          | 17,78          | 88,92       |
| <b>Итого:</b>                        | <b>715</b>  | <b>106</b> | <b>21,370</b> | <b>19,350</b> | <b>71,370</b>  | <b>647</b>  |
| <b>Всего:</b>                        | <b>1215</b> |            | <b>51,800</b> | <b>40,350</b> | <b>166,420</b> | <b>1190</b> |

**Горячий завтрак (младшие) 1-4 классы**

|                               |            |              |              |              |              |            |
|-------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| овощи тушеные с мясом         | 200        |              | 14,1         | 11,37        | 10,39        | 287        |
| квашеная капуста (доп гарнир) | 50         |              | 0,92         | 1,61         | 3,6          | 32,6       |
| кофейный напиток с молоком    | 200        |              | 3,16         | 2,768        | 9,98         | 60,1       |
| Хлеб сельский/ пшеничный      | 30/20      |              | 3,6          | 0,48         | 22,68        | 110,1      |
| <b>Всего:</b>                 | <b>500</b> | <b>68,45</b> | <b>21,78</b> | <b>16,23</b> | <b>46,65</b> | <b>490</b> |

**Горячий завтрак 5-11 классы**

|                               |            |             |              |              |             |            |
|-------------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| овощи тушеные с мясом         | 250        |             | 14,1         | 15,4         | 13,79       | 339        |
| квашеная капуста (доп гарнир) | 50         |             | 0,92         | 1,61         | 3,6         | 32,6       |
| кофейный напиток с молоком    | 200        |             | 3,16         | 2,768        | 15,946      | 101        |
| Хлеб пшеничный                | 30         |             | 2,28         | 0,24         | 14,73       | 71         |
| Хлеб ржаной                   | 40         |             | 4,46         | 0,81         | 26,73       | 133,65     |
| <b>Всего:</b>                 | <b>550</b> | <b>59,9</b> | <b>24,92</b> | <b>20,83</b> | <b>74,8</b> | <b>677</b> |

**дополнительное питание**

|  |            |  |              |              |              |              |
|--|------------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч | 200        |  | 9            | 9,85         | 40,09        | 285          |
| Кофейный напиток с молоком                 | 200        |  | 3,17         | 2,68         | 9,98         | 60,1         |
| Батон нарезной                             | 50         |  | 3,76         | 1,74         | 30,84        | 132          |
| <b>Итого:</b>                              | <b>450</b> |  | <b>15,93</b> | <b>14,27</b> | <b>80,91</b> | <b>477,1</b> |