

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ

директор школы
повар

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев
А.М.Гиляева



четверг 1 неделя 15.12.2022

Горячий завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
яблоко	100		0,40	0,40	9,8	47
Картофельная запеканка с мясом	180		17,74	24,03	28,3	387,85
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	84,90	638

старшие 5 -11 классы

мандарины	100		0,40	0,40	9,8	47
Картофельная запеканка с мясом, с маслом сливочным	240/10		16,53	18,62	41,69	438
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		2,13	0,48	15,81	79

Итого: 625 59,90 21,37 21,87 100,05 674

Завтрак (младшие)

печенье	50		10,27	11,94	17,32	210,81
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180/5		6,78	7,07	43,89	266,7
какао с молоком	200		1,08	3,54	7,6	78,7
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,38	170,13
Итого:	500		23	24,43	102,19	726,34

Обед (младшие)

салат из фасоли, кукурузы к/с и соленых огурцов	60		6,51	7,03	16,26	160,1
борщ из свежей капусты с картофелем	250		1,83	4,92	10,93	103,75
Картофельная запеканка с мясом	180		17,74	24,03	28,3	387,85
напиток из сухофруктов	200		0,7	0,1	32	132,8
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржаной	45		2,96	0,54	17,78	88,92
Итого:	755	106	32,02	36,86	120,03	944,42
Всего:	1255		55,02	61,29	222,22	1670,76