

ООО АБК -ПЭЙМЕНТ
директор школы:
повар:



МБОУ "Кармалинская СОШ"
Р.Р.Гиляев
А.М.Гиляева

16.09.2025

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (младшие)						
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		14,10	15,47	52,76	403,54
капуста квашенная(доп гарнир)	60		1,01	3,00	5,04	51,41
Чай с молоком с сахаром	200		11,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
леб раной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	500	83,89	19,3820,22	20,22	84,48	594,62
Горячий завтрак (старшие)						
Жаркое из птицы (куриных грудок) (50/200)	250		20,26	21,18	73,20	541,92
капуста квашенная(доп гарнир)	60		1,01	3,00	5,04	51,41
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
хлеб раной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	550	87,18	24,18	24,60	104,00	711,93
Завтрак (младшие)						
Булочка сдобная	50		7,05	9,30	16,80	209,00
Каша геркулесовая молочная	200		7,49	15,15	30,60	241,26
Чай с молоком с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132,00
Итого:	500		20,11	20,56	83,33	609,37
Обед (младшие)						
Суп гороховый с гречками	200/5		6,24	7,96	23,41	160,82
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		17,01	18,47	52,76	473,54
капуста квашенная (доп. гарнир)	35		0,59	1,75	2,94	29,99
Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб ржаной	60		3,96	0,72	23,76	118,80
Итого:	700	136,02	28,00	29,00	122,69	851,27
Всего:	1200		49,56	49,56	206,02	1460,64
Горячий завтрак (старшие)						
Жаркое из птицы (куриных грудок) (50/200)	250		20,26	21,18	73,20	541,92
капуста квашенная(доп гарнир)	60		1,01	3,00	5,04	51,41
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
хлеб раной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	550		24,18	24,60	104,00	711,93
дополнительное питание(старшие)						
Каша геркулесовая молочная	200		7,49	15,15	30,60	241,26
Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Батон нарезной	40		3,00	1,16	20,56	104,80
Итого:	445		12,41	14,66	81,59	458,95
Всего:	995	141,2	35,94	38,59	181,51	1151,95