



МБОУ «Кармалинская СОШ»

Р.Р.Гиляев  
А.М.Гиляева

07.02.2025

**Горячий завтрак (младшие)**

- Бутерброд с маслом сливочным (30/10)
- Биточки рыбные
- Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным
- Чай с сахаром , с яблоком
- Хлеб ржаной

	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Биточки рыбные	90		10,58	8,98	16,21	170,20
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		3,68	2,88	31,96	176,10
Чай с сахаром , с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>83,89</b>	<b>20,15</b>	<b>19,65</b>	<b>79,95</b>	<b>558,58</b>

**Горячий завтрак (старшие)**

- Фрукты (яблоко)
- Биточки рыбные с молочным соусом
- Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным
- Чай с сахаром , с яблоком
- Хлеб ржаной

Фрукты (яблоко)	100		0,4	0,4	9,8	47
Биточки рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	13,98	30,95	290,2
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
Чай с сахаром , с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого:</b>	<b>613</b>	<b>87,18</b>	<b>22,15</b>	<b>22,28</b>	<b>90,99</b>	<b>670,42</b>

**Завтрак (младшие)**

- печенье
- Каша пшеничная молочная
- Чай с сахаром , с яблоком
- Батон нарезной

печенье	40		2,96	3,76	10,84	124,28
Каша пшеничная молочная	200		8,56	9,80	19,49	174,46
Чай с сахаром , с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	60		4,50	1,74	30,84	157,20
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>16,13</b>	<b>15,36</b>	<b>70,14</b>	<b>492,62</b>

**Обед (м.ладшие)**

- Борщ из свежей капусты с картофелем
- Биточки рыбные
- Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным
- сок фруктовый(нектар плодовые)
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной

Борщ из свежей капусты с картофелем	200/5		1,57	10,69	8,93	113,10
Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	170,2
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
сок фруктовый(нектар плодовые)	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого:</b>	<b>708</b>	<b>126,99</b>	<b>23,19</b>	<b>23,15</b>	<b>103,94</b>	<b>674,10</b>
<b>Всего:</b>	<b>1208</b>		<b>39,32</b>	<b>38,51</b>	<b>174,08</b>	<b>1166,72</b>

**Завтрак (старшие)**

- Крекер
- Каша пшеничная молочная с маслом сливочным
- Чай с сахаром , с яблоком
- Батон нарезной

Крекер	35		3,15	6,30	16,56	157,50
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	240/3		9,40	10,20	19,10	180,30
Чай с сахаром , с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
<b>Итого:</b>	<b>553</b>		<b>18,26</b>	<b>18,72</b>	<b>79,99</b>	<b>570,00</b>

**Обед (старшие)**

- Борщ из свежей капусты с картофелем
- Биточки рыбные с молочным соусом
- Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным
- сок фруктовый(нектар плодовые)
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной

Борщ из свежей капусты с картофелем	250/5		1,95	13,29	11,10	144,68
Биточки рыбные с молочным соусом	90/20		10,68	13,98	30,95	290,2
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
сок фруктовый(нектар плодовые)	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого:</b>	<b>808</b>	<b>131,9</b>	<b>27,53</b>	<b>28,98</b>	<b>120,64</b>	<b>851,52</b>
<b>Всего:</b>	<b>1361</b>		<b>45,79</b>	<b>47,7</b>	<b>200,63</b>	<b>1421,52</b>



ООО АБК-ПЭЙМЕНТ

директор школы:

свар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гилаев

А.М.Гилаева

18.02.2025

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>						
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		17,01	18,47	52,76	473,54
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	30		1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>83,89</b>	<b>19,46</b>	<b>19,25</b>	<b>82,44</b>	<b>611,94</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
Салат из капусты квашенной	100		1,70	4,80	8,46	85,70
Жаркое из птицы (куриных грудок) (50/200)	250		20,26	19,08	73,20	541,92
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>87,13</b>	<b>23,53</b>	<b>24,06</b>	<b>99,50</b>	<b>706,62</b>
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Бутерброд с повидлом	50		7,05	2,30	16,80	209,00
Каша геркулесовая молочная	200		7,49	15,15	30,60	241,26
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132,00
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>13,37</b>	<b>19,21</b>	<b>86,20</b>	<b>614,26</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		5,94	6,82	12,56	93,90
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 пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>126,99</b>	<b>28,00</b>	<b>27,74</b>	<b>114,72</b>	<b>795,42</b>
<b>Всего:</b>	<b>1200</b>		<b>46,37</b>	<b>46,95</b>	<b>200,92</b>	<b>1409,71</b>
<b>завтрак( старшие)</b>						
бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Каша геркулесовая молочная вязкая	250		10,74	14,10	28,22	270,00
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной	60		4,50	1,74	30,84	137,20
<b>Итого:</b>	<b>550</b>		<b>17,67</b>	<b>19,32</b>	<b>80,05</b>	<b>565,20</b>
<b>Обед (старшие)</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		5,94	6,82	12,56	93,90
Жаркое из птицы (куриных грудок) (50/200)	250		20,26	19,08	73,20	541,92
капуста квашенная (доп.гарнир)	40		0,68	2,00	3,36	34,20
напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
<b>Итого:</b>	<b>805</b>	<b>131,9</b>	<b>32,78</b>	<b>31,26</b>	<b>140,57</b>	<b>990,94</b>
<b>Всего:</b>	<b>1355</b>		<b>50,45</b>	<b>50,58</b>	<b>220,62</b>	<b>1556,14</b>



МБОУ "Кармалинская СОШ"

ООО АВК-ПЭЙМЕНТ

директор школы:

г. Кармалинская

общееобразовательная школа  
Нижекамского  
муниципального района  
Республики Татарстан

19.01.2025

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>						
Котлеты Здоровье из куриных грудок	90		11,20	10,96	24,82	229,63
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/3		4,60	7,19	20,56	165,30
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	<b>503</b>	<b>83,89</b>	<b>20,19</b>	<b>18,77</b>	<b>80,22</b>	<b>558,85</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
Котлеты Здоровье из куриных грудок	100		12,44	12,17	27,57	295,14
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		5,52	8,19	24,67	194,40
Горошек консервированный(доп гарнир)	15		0,40	1,07	2,18	20,07
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	<b>558</b>	<b>87,18</b>	<b>22,75</b>	<b>22,05</b>	<b>90,96</b>	<b>673,53</b>
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Фрукты(яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5		11,26	14,01	23,68	247,80
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	45		3,38	1,31	23,13	117,90
	<b>500</b>		<b>15,17</b>	<b>15,74</b>	<b>64,81</b>	<b>446,72</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
Суп гороховый с гренками	200/5		7,24	7,96	30,41	250,82
Котлеты Здоровье из куриных грудок	90		11,20	10,96	24,82	229,63
Каша гречневая (вязкая) с маслом сливочным	150/3		4,60	7,19	20,56	165,30
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	<b>703</b>		<b>27,62</b>	<b>26,77</b>	<b>122,00</b>	<b>856,80</b>
	<b>1203</b>	<b>126,99</b>	<b>42,79</b>	<b>42,51</b>	<b>186,81</b>	<b>1303,52</b>
<b>Завтрак (старшие)</b>						
Фрукты(яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная вязкая	200		13,60	16,67	30,55	305,50
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132,00
	<b>550</b>		<b>17,89</b>	<b>18,83</b>	<b>79,39</b>	<b>518,52</b>
<b>Обед (старшие)</b>						
Суп гороховый с гренками	250/5		9,05	9,95	38,01	280,52
Котлеты Здоровье из куриных грудок	100		12,44	12,17	27,57	295,14
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		5,52	8,19	24,67	194,40
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	<b>800</b>	<b>131,90</b>	<b>31,97</b>	<b>31,01</b>	<b>138,92</b>	<b>992,86</b>
	<b>1350</b>		<b>49,86</b>	<b>49,84</b>	<b>218,31</b>	<b>1511,38</b>