

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ

директор школы:

повар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

18.09.2025

|                                             | выход       | цена          | белки        | жиры         | уг-ды         | калории        |
|---------------------------------------------|-------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Горячий завтрак (младшие)</b>            |             |               |              |              |               |                |
| Печенье                                     | 20          |               | 1,48         | 1,88         | 5,42          | 62,14          |
| Биточки рыбные и минтая с молочным соусом   | 75/25       |               | 7,38         | 8,98         | 22,95         | 190,20         |
| пюре картофельное                           | 180         |               | 12,20        | 11,04        | 46,67         | 356,20         |
| сок фруктовый                               | 200         |               | 1,00         | 2,88         | 31,96         | 176,10         |
| Хлеб пшеничный                              | 20          |               | 1,52         | 0,10         | 20,20         | 123,60         |
| Хлеб ржаной                                 | 20          |               | 1,32         | 0,24         | 14,76         | 70,50          |
| <b>Итого:</b>                               | <b>540</b>  | <b>89,90</b>  | <b>18,40</b> | <b>19,56</b> | <b>81,23</b>  | <b>612,74</b>  |
| <b>горячий завтрак (старшие)</b>            |             |               |              |              |               |                |
| Свекла отварная (доп гарнир)                | 50          |               | 0,70         | 3,00         | 4,13          | 46,40          |
| Биточки рыбные и минтая с молочным соусом   | 75/25       |               | 7,38         | 8,98         | 22,95         | 190,20         |
| пюре картофельное                           | 180         |               | 12,20        | 11,04        | 46,67         | 356,20         |
| чай с сахаром ,шиповником                   | 200         |               | 0,13         | 0,02         | 8,20          | 34,02          |
| Хлеб пшеничный                              | 20          |               | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 47,00          |
| Хлеб ржаной                                 | 20          |               | 1,32         | 0,24         | 7,92          | 39,60          |
| <b>Итого:</b>                               | <b>570</b>  | <b>93,31</b>  | <b>23,25</b> | <b>23,44</b> | <b>99,71</b>  | <b>713,42</b>  |
| <b>Завтрак (младшие)</b>                    |             |               |              |              |               |                |
| Печенье                                     | 20          |               | 1,48         | 1,88         | 5,42          | 62,14          |
| Омлет натуальный                            | 50          |               | 4,70         | 8,27         | 0,14          | 31,50          |
| Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 150/5       |               | 6,94         | 7,95         | 26,30         | 236,73         |
| Чай с сахаром,с шиповником                  | 200         |               | 0,13         | 0,02         | 8,20          | 34,02          |
| Батон нарезной                              | 75          |               | 5,63         | 2,60         | 46,25         | 198,00         |
| <b>Итого:</b>                               | <b>500</b>  |               | <b>18,88</b> | <b>20,72</b> | <b>86,31</b>  | <b>562,39</b>  |
| <b>Обед (младшие)</b>                       |             |               |              |              |               |                |
| Щи из св.капусты с картофелем               | 250         |               | 8,04         | 8,00         | 26,50         | 211,90         |
| Биточки рыбные и минтая с молочным соусом   | 75/25       |               | 7,38         | 8,98         | 22,95         | 190,20         |
| пюре картофельное                           | 180         |               | 12,20        | 11,04        | 46,67         | 356,20         |
| Свекла отварная (доп гарнир)                | 30          |               | 0,42         | 1,80         | 2,48          | 27,84          |
| Хлеб пшеничный                              | 20          |               | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 47,00          |
| Хлеб ржаной                                 | 40          |               | 2,64         | 0,48         | 15,84         | 79,20          |
| <b>Итого:</b>                               | <b>820</b>  | <b>136,02</b> | <b>26,70</b> | <b>27,72</b> | <b>112,71</b> | <b>829,94</b>  |
| <b>Всего:</b>                               | <b>1320</b> |               | <b>45,58</b> | <b>48,44</b> | <b>199,02</b> | <b>1392,33</b> |
| <b>дополнительное питание (старшие)</b>     |             |               |              |              |               |                |
| Омлет натуальный                            | 50          |               | 4,70         | 8,27         | 0,14          | 31,50          |
| Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 150/5       |               | 6,94         | 7,95         | 26,30         | 236,73         |
| Чай с сахаром,с шиповником                  | 200         |               | 0,13         | 0,02         | 8,20          | 34,02          |
| Батон нарезной                              | 75          |               | 5,63         | 2,60         | 46,25         | 198,00         |
| <b>Итого:</b>                               | <b>475</b>  |               | <b>17,02</b> | <b>18,97</b> | <b>72,46</b>  | <b>505,10</b>  |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b>            |             |               |              |              |               |                |
| Свекла отварная (доп гарнир)                | 50          |               | 0,70         | 3,00         | 4,13          | 46,40          |
| Биточки рыбные и минтая с молочным соусом   | 75/25       |               | 7,38         | 8,98         | 22,95         | 190,20         |
| пюре картофельное                           | 180         |               | 12,20        | 11,04        | 46,67         | 356,20         |
| чай с сахаром ,шиповником                   | 200         |               | 0,13         | 0,02         | 8,20          | 34,02          |
| Хлеб пшеничный                              | 20          |               | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 47,00          |
| Хлеб ржаной                                 | 20          |               | 1,32         | 0,24         | 7,92          | 39,60          |
| <b>Итого:</b>                               | <b>570</b>  |               | <b>23,25</b> | <b>23,44</b> | <b>99,71</b>  | <b>713,42</b>  |
| <b>Всего:</b>                               | <b>1045</b> | <b>141,16</b> | <b>40,27</b> | <b>42,41</b> | <b>172,17</b> | <b>1218,52</b> |