

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ
директор школы:
повар:

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

вторник 1 неделя 18.10.2022

Завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
Бутерброд с сыром (30/15/5)	50		6,27	7,03	14,83	155,00
Каша молочная геркулесовая с маслом сли	200		9,00	9,85	40,09	285,00
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132,00
Итого:	500		22,20	21,30	95,74	632,10

Обед (младшие)

Рассольник ленинградский со сметаной	200/10		1,87	5,57	9,94	102,00
Котлеты Здоровье	90		20,25	7,24	5,82	170,63
Овощное рагу	150		3,06	5,52	19,84	115,50
Напиток из лимона	200		0,14	0,02	7,46	33,37
Хлеб пшеничный	20		1,32	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45		2,96	0,54	17,78	88,92
Итого:	715	106	29,60	19,05	70,68	557,42
Всего:	1215		51,80	40,35	166,42	1189,52

Горячий завтрак (младшие) 1-4 классы

Сыр порционно	10		2,63	2,66	0	34,33
котлеты "Здоровье"	90		8,25	8,54	14,82	175,63
рагу овощное	150		4,56	4,55	26,35	153,72
кофейный напиток с молоком	200		3,16	2,768	15,946	101
Хлеб сельский/ пшеничный	30\20		3,6	0,48	22,68	110,1
Всего:	500	68,45	20,21	19,58	80,32	588

Горячий завтрак 5-11 классы

котлеты "Здоровье"	100		9,17	8,79	15,34	195,14
рагу овощное	180		3,09	13,41	16,76	203,34
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
Всего:	550	59,90	23,50	23,18	94,69	658