

ООО АБК -ПЭЙМЕНТ

директор школы:

повар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева



19.03.2026

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>						
Печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
пюре картофельное	180		5,70	8,30	14,90	189,00
сок фруктовый	200		1,00	0,00	20,20	84,80
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>540</b>	<b>92,89</b>	<b>18,40</b>	<b>19,56</b>	<b>81,23</b>	<b>612,74</b>
<b>горячий завтрак (старшие)</b>						
Свёкла отварная(доп гарнир)	50		0,70	3,00	4,13	46,40
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
пюре картофельное	200		7,90	14,47	47,90	324,00
чай с сахаром ,с шиповником	200		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>93,71</b>	<b>21,57</b>	<b>21,90</b>	<b>93,12</b>	<b>669,47</b>
<b>Завтрак (младшие)</b>						
Печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
омлет натуральный	50		4,70	8,27	0,14	31,50
Каша кукурузная молочная	155		6,94	7,95	30,50	236,73
Чай с сахаром, с шиповником	200		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>18,85</b>	<b>20,28</b>	<b>79,62</b>	<b>559,91</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
Щи из св.капусты с картофелем	250		8,04	8,00	26,50	211,90
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
пюре картофельное	180		5,70	8,30	14,90	189,00
Свёкла отварная(доп.гарнир)	30		0,42	1,80	2,48	27,84
сок фруктовый	200		1,00	0,00	20,20	84,80
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>139,01</b>	<b>26,70</b>	<b>27,72</b>	<b>112,71</b>	<b>829,94</b>
<b>Всего:</b>	<b>1320</b>		<b>45,55</b>	<b>48,00</b>	<b>192,33</b>	<b>1389,85</b>
<b>дополнительное питание (старшие)</b>						
омлет натуральный	50		4,70	8,27	0,14	31,50
Каша кукурузная молочная	185		8,32	9,54	31,56	284,00
сок фруктовый	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Батон нарезной	40		3,00	1,16	20,56	104,80
<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>						
Свёкла отварная(доп гарнир)	50		0,70	3,00	4,13	46,40
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
пюре картофельное	200		7,90	14,47	47,90	324,00
чай с сахаром ,с шиповником	200		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
<b>Итого:</b>	<b>590</b>		<b>21,57</b>	<b>21,90</b>	<b>93,12</b>	<b>669,47</b>
<b>Всего:</b>	<b>1065</b>	<b>141,56</b>	<b>38,59</b>	<b>40,87</b>	<b>165,58</b>	<b>1174,57</b>