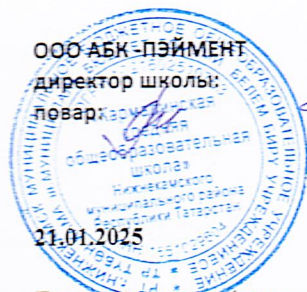


ООО АБК "БИЗНЕС" МБОУ "Кармалинская СОШ"
 директор школы
 повар

18.01.2025

Р.Р.Гиляев
 А.М.Гиляева

	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (младшие)						
Бутиерброд 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
Итого:	503	83,89	20,15	19,65	79,95	558,58
Горячий завтрак (старшие)						
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
Итого:	613	87,18	22,15	22,28	90,99	670,42
Завтрак (младшие)						
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
Итого:	500	16,13	15,36	70,14	492,62	
Обед (младшие)						
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
Итого:	708	126,99	23,19	23,15	103,94	674,10
Всего:	1208		39,32	38,51	174,08	1166,72
Завтрак (старшие)						
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
Итого:	553		18,26	18,72	79,99	570,00
Обед (старшие)						
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
Итого:	808	131,9	27,53	28,98	120,64	851,52
Всего:	1361		45,79	47,7	200,63	1421,52



МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

21.01.2025

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (младшие)						
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
Итого:	530	83,89	19,46	19,25	82,44	611,94
Горячий завтрак (старшие)						
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
Итого:	570	87,18	23,55	24,06	99,50	706,62
Завтрак (младшие)						
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
Итого:	500		18,37	19,21	86,20	614,26
Обед (младшие)						
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
Итого:	700	126,99	28,00	27,74	114,72	795,42
Всего:	1200		46,37	46,95	200,92	1409,71
завтрак(старшие)						
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	157,20
Итого:	550		17,67	19,32	80,05	565,20
Обед (старшие)						
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
Итого:	805	131,9	32,78	31,26	140,57	990,94
Всего:	1355		50,45	50,58	220,62	1556,14