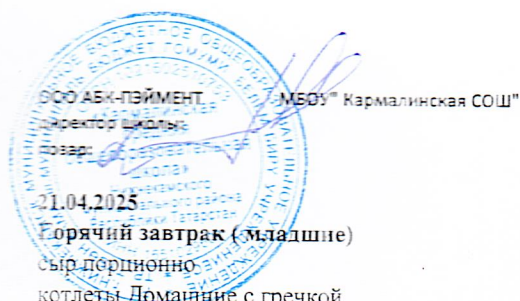




Р.Р.Гиляев
А.М.Гиляева

21.04.2025

Горячий завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
сыр перцонно	10		2,63	2,66	0,00	34,33
котлеты Домашние с гречкой	90		8,01	11,14	35,71	248,00
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/5		5,90	4,58	31,96	191,20
Чай без сахара	200		0,40	0,10	0,01	2,80
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
Всего:	500	83,89	20,11	18,94	87,42	572,83

Горячий завтрак (старшие)

котлеты Домашние с гречкой	100		8,90	12,37	37,67	275,55
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,60	33,35	241,94
печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Всего:	553	87,18	23,59	22,39	100,16	708,03

Завтрак (младшие)

бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Каша "Дружба" молочная	200		11,44	10,16	27,23	258,12
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Батон нарезной	60		4,50	1,74	30,84	157,20
Итого:	500		18,37	19,41	80,96	583,32

Обед (младшие)

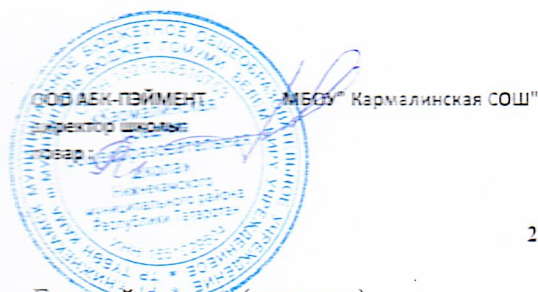
щи из свежей капусты с картофелем ,со сметаной	200/5		7,54	11,91	6,50	153,90
котлеты Домашние с гречкой	90		8,01	11,14	35,71	248,00
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	703	126,99	25,81	26,59	120,38	789,05
Всего:	1203		44,18	46,00	201,34	1372,37

Горячий завтрак (старшие)

котлеты Домашние с гречкой	100		8,90	12,37	37,67	275,55
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,60	33,35	241,94
печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
Всего:	553		23,59	22,39	100,16	708,03

Дополнительное питание (старшие)

щи из свежей капусты с картофелем	250		5,53	8,59	28,53	174,50
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,4
всего:	480		8,61	9,05	60,04	326,80
Итого:	1033	131,9	32,2	31,44	160,2	1034,83



22.04.2025

Горячий завтрак (младшие)						
	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
Биточки куриные Солнышко	90		6,01	11,53	12,88	183,45
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	150/3		6,7	4,38	35,99	227
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	503	83,89	20,14	19,19	85,49	600,45

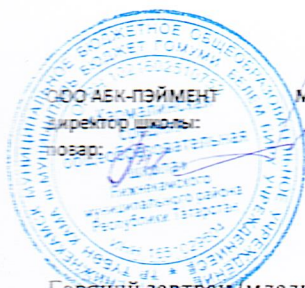
Горячий завтрак (старшие)						
Биточки куриные Солнышко	100		6,67	12,81	14,30	203,80
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3		7,7	7,27	36,59	247
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	553	87,18	22,46	23,48	91,47	660,60

Завтрак (младшие)						
Бутерброд с повидлом(30\20)	50		7,05	2,30	16,80	209,00
Каша гречневая молочная вязкая	200		5,92	12,59	35,42	206,46
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
	500		19,89	19,02	87,90	606,56

Обед (младшие)						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		5,94	6,82	15,56	93,90
Биточки куриные Солнышко	90		6,01	11,53	12,88	183,45
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	150/3		6,7	4,38	35,99	227
Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	703		22,73	23,39	108,43	690,62
	1203	126,99	42,27	42,41	196,33	1297,18

Горячий завтрак (старшие)						
Биточки куриные Солнышко	100		6,67	12,81	14,30	203,80
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3		7,7	7,27	36,59	247
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	553	87,18	22,46	23,48	91,47	660,60

Дополнительное питание (старшие)						
Бутерброд с повидлом(30\20)	50		7,05	2,30	16,80	209,00
Каша гречневая молочная вязкая	200		5,92	12,59	35,42	206,46
напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
батон нарезной	20		1,50	0,58	10,28	52,40
итого:	470		14,07	14,37	60,32	425,98
всего:	1023	131,9	36,53	37,85	151,79	1086,58



МБОУ "Кармалинская СОШ"
Р.Р.Гилаев
А.М.Гилаева

23.04.2025

Горячий завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
Фрукты(яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Плов из куриной грудки(50/150)	200		15,42	17,96	38,93	390,50
Чай с сахаром 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	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	550	83,89	19,55	18,86	79,61	581,62

Горячий завтрак старшие

Фрукты(яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Плов из куриной грудки(50/200)	250		19,57	22,45	60,06	521,12
Чай с сахаром лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	580	87,18	32,38	23,11	92,82	672,64

Завтрак (младшие)

Фрукты(яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшенная молочная	150		10,60	13,52	23,68	236,68
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	50		3,75	1,15	25,70	131,00
	500		14,88	15,39	67,38	448,02

Обед (младшие)

Суп - лапша домашняя с картофелем	200		4,35	4,83	29,30	92,40
Плов из куриной грудки(50/150)	200		14,42	17,96	38,93	390,50
Горошек консервированный(доп гарнир)	40		1,09	2,87	5,82	53,52
Напиток из плодов шиповника	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
итого:	700		25,72	26,36	120,89	789,92
всего:	1200	126,99	40,60	41,75	188,27	1237,94

Горячий завтрак старшие

Фрукты(яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Плов из куриной грудки(50/200)	250		19,57	22,45	60,06	521,12
Чай с сахаром лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	580		32,38	23,11	92,82	672,64

Дополнительное питание (старшие)

Суп - лапша домашняя с картофелем	250		5,06	6,03	25,22	115,50
Напиток из плодов шиповника	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
итого: #####		131,90	8,64	8,79	57,30	298,50
Всего:	1060		31,02	31,9	150,12	971,14