

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ МБОУ "Кармалинская СОШ"
директор школы:
повар:

Р.Р.Гилаев
А.М.Гилаева

22.09.2025

Горячий завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
яблоко	100		0,40	0,40	9,80	47,00
запеканка картофельная с мясом,с маслом сливочным	180/3		14,96	16,81	52,95	425,30
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Всего:	503	89,90	18,20	18,80	79,59	564,97

Горячий завтрак(старшие)

огурцы свежие	60		1,00	3,00	5,04	51,40
запеканка картофельная с мясом,с маслом сливочным	245/5		19,78	20,71	71,55	532,00
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Всего:	560	93,31	25,90	25,54	108,19	746,57

Завтрак (младшие)

бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5		9,24	9,16	28,23	218,12
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
Итого:	500		18,72	20,16	87,40	602,71

Обед (младшие)

борщ из свежей капусты с картофелем ,со сметаной	200/5		6,57	8,69	16,03	293,10
запеканка картофельная с мясом,с маслом сливочным	180/3		14,96	16,81	52,95	425,30
огурцы свежие	60		1,00	3,00	5,04	51,40
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45		2,97	0,54	17,82	89,10
Итого:	703	136,02	27,56	28,80	122,87	861,24
Всего:	1203		46,28	48,96	210,27	1463,95

Горячий завтрак(старшие)

огурцы свежие	60		1,00	3,00	5,04	51,40
запеканка картофельная с мясом,с маслом сливочным	245/5		19,78	20,71	71,55	532,00
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Всего:	560		25,90	25,54	108,19	746,57

Дополнительное питание (старшие)

Каша рисовая молочная с маслом сливочным	230		11,80	11,70	36,07	278,70
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
батон нарезной	40		3	1,16	20,56	104,8
всего:	475		15,50	12,96	78,66	476,40
Итого:	1035	141,16	38,4	36,5	178,85	1188,97