

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ МБОУ "Кармалинская СОШ"
 директор школы: Р.Р.Гиляев
 повар: А.М.Гиляева



24.09.2025

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
Горячий завтрак (младшие)						
бутерброд с сыром			2,93	2,96	3,10	43,23
Тефтели мясные с геркулесом	90		6,30	11,91	14,86	169,59
каша пшеничная (вякая) с маслом сливочным	150/3		6,70	4,38	35,99	227,00
Чай с сахаром лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,12	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	523	89,90	18,90	19,67	79,91	560,44
Горячий завтрак старшие						
бутерброд с сыром			2,93	2,96	3,10	43,23
Тефтели мясные с геркулесом	100		8,52	15,03	21,51	187,48
каша пшеничная (вякая) с маслом сливочным	180/3		7,70	5,07	40,60	317,00
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	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	583	93,31	23,54	23,68	100,05	711,63
Завтрак (младшие)						
Бутерброд с повидлом(30/30)	60		2,37	0,87	34,92	153,60
Каша пшенная молочная	200		13,60	17,67	23,55	305,50
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	40		2,99	1,15	20,56	104,80
	500		19,09	19,71	87,23	597,92
Обед (младшие)						
Суп - лапша домашняя с картофелем	200		8,35	9,83	25,30	192,40
Тефтели мясные с геркулесом	90		6,30	11,91	14,86	169,59
каша пшеничная (вякая) с маслом сливочным	150/3		6,70	4,38	35,99	227,00
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
	703		26,21	26,82	122,99	842,49
	1203	136,02	45,30	46,53	210,22	1440,41
Горячий завтрак старшие						
бутерброд с сыром			2,93	2,96	3,10	43,23
Тефтели мясные с геркулесом	100		8,52	15,03	21,51	187,48
каша пшеничная (вякая) с маслом сливочным	180/3		7,70	5,07	40,60	317,00
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	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	583		23,54	23,68	100,05	711,63
Дополнительное питание (старшие)						
Каша пшенная молочная вякая с маслом сливочным	200/5		13,13	15,79	56,97	441,02
Напиток из плодов шиповника	200		0,60	0,10	20,20	123,60
Батон нарезной	20		1,50	0,58	10,28	52,40
	425	141,16	15,23	16,47	87,45	617,02
	1060		38,77	40,15	187,5	1328,65