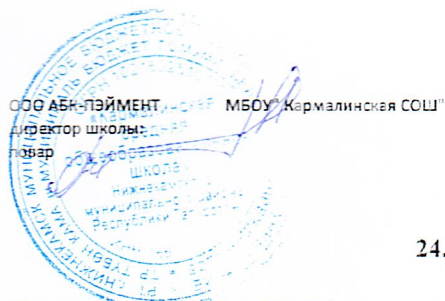




Р.Р. Гилаев
А.М. Гилаева

24.04.2025

Горячий завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
котлеты "Аппетитные"мясо-куриные	90		8,60	12,73	5,71	141,89
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
Капуста квашенная (доп гарнир)	50		0,85	2,50	4,22	42,85
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	553	83,89	20,14	18,77	84,48	559,26

Горячий завтрак (старшие)

котлеты "Аппетитные"мясо-куриные	100		9,67	12,30	6,34	142,61
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,60	33,35	241,94
Капуста квашенная (доп гарнир)	60		1,02	2,38	5,08	51,42
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
Итого:	613	87,18	23,00	23,56	91,32	654,19

Завтрак (младшие)

Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83	155,00
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	180/5		4,99	7,40	28,81	206,30
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	65		4,87	1,88	33,41	170,30
Итого:	500		20,21	20,68	79,66	590,20

Обед (младшие)

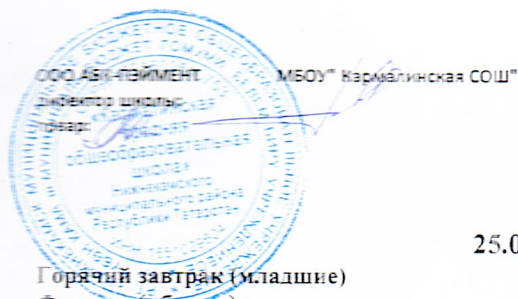
Борщ из свежей капусты с картофелем	250		2,80	6,92	16,93	133,75
котлеты "Аппетитные"мясо-куриные	90		8,60	12,73	5,71	141,89
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	720	126,90	22,75	23,31	101,15	669,96
Всего:	1220		42,96	43,99	180,81	1260,16

Горячий завтрак (старшие)

котлеты "Аппетитные"мясо-куриные	100		9,67	12,30	6,34	142,61
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	180/3		9,64	7,60	33,35	241,94
Капуста квашенная (доп гарнир)	60		1,02	2,38	5,08	51,42
Напиток из урюка	200		0,75	0,06	15,95	68,52
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	613		23,00	23,56	91,32	654,19

Дополнительное питание (старшие)

Крекер	35		3,15	6,30	16,56	157,50
Каша геркулесовая молочная вязкая	250		13,74	14,10	32,22	282,00
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
батон нарезной	20		1,50	0,58	10,28	52,40
Итого:	455		12,25	14,49	60,31	407,84
Всего:	1045	131,9	35,85	38,51	160,78	1116,19



Р.Р.Гиляев
А.М.Гиляева

25.04.2025

Горячий завтрак (младшие)						
	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Сырники из творога со сгущенным молоком	120/30		15,55	18,35	36,03	398,93
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	30		2,20	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	510	83,89	20,20	19,37	80,47	607,83
Горячий завтрак (старшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
запеканка из творога с повидлом (170/30)	200		19,63	22,18	51,5	502,8
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	59,40
Итого	550	87,18	23,60	23,12	91,02	688,20
завтрак (младшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Сырники из творога со сгущенным молоком	120/30		15,55	18,35	36,06	398,93
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
Итого	500		19,77	20,22	79,56	608,93
Обед (младше)						
суп картофельный с горохом	200		4,35	5,22	26,53	218,6
Сосиска с томатным соусом, с кашей гречневой	50/20180		13,62	17,31	39,57	326,7
компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	710	126,99	22,39	23,29	103,65	721,80
всего:	1210		42,16	43,51	183,21	1330,73
Горячий завтрак (старшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
запеканка из творога с повидлом (170/30)	200		19,63	22,18	51,5	502,8
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Итого	550	87,18	23,60	23,12	91,02	688,20
Дополнительное питание (старшие)						
Сосиска с томатным соусом, с кашей гречневой	50/20180		13,62	17,31	39,57	326,7
компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	10,91	46,6
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Итого	470		14,17	17,63	60,32	420,30
всего:	1020	131,9	37,77	40,75	151,34	1108,5

Курица запеченная	100		17,40	20,10	39,68	425,3
Каша ячневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/3		3,89	5,07	24,98	161,1
Горошек консервированный (доп гарнир)	40		1,09	2,87	5,82	53,52
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Итого:	593		22,30	22,32	93,43	701,62
Всего:	1033	131,9	33,63	35,19	141,7	1011,19

ООО АБК-БИЗНЕС
директор школы: МБОУ "Кармалинская СОШ"
привар:

Р.Р.Гилаев
А.М.Гилаева

13.04.2025

Горячий завтрак (младшие)

Бутерброд с маслом сливочным (30/10)
Биточки рыбные с молочным соусом
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным
Чай с сахаром, с яблоком
Хлеб ржаной

Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
40		2,36	7,49	14,89	136,00
75/20		9,62	9,74	15,98	175,01
150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
200		0,11	0,06	8,97	36,68
20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	508	83,89	19,09	20,41	79,72

Горячий завтрак (старшие)

Фрукты (яблоко)
Биточки рыбные с молочным соусом
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным
Чай с сахаром, с яблоком
Хлеб ржаной

100		0,4	0,4	9,8	47
75/30		9,98	12,87	26,22	261,6
180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
200		0,11	0,06	8,97	36,68
30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	618	87,18	22,11	22,29	91,22

Завтрак (младшие)

печенье
Каша пшеничная молочная
Чай с сахаром, с яблоком
Батон нарезной

40		2,96	3,76	10,84	124,28
200		8,56	9,80	19,49	174,46
200		0,11	0,06	8,97	36,68
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 со сметаной
Биточки рыбные с молочным соусом
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным
сок фруктовый(нектар плодовые)
Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной

200/5		1,57	10,69	8,93	113,10
75/20		9,62	9,74	15,98	175,01
150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
200		1,00	0,00	20,20	84,80
30		2,28	0,24	14,76	70,50
30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	713	126,99	22,13	23,91	103,71
Всего:	1208	38,26	39,27	173,85	1171,53

Горячий завтрак (старшие)

Фрукты (яблоко)
Биточки рыбные с молочным соусом
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным
Чай с сахаром, с яблоком
Хлеб ржаной

100		0,4	0,4	9,8	47
75/30		9,98	12,87	26,22	261,6
180/3		9,64	7,6	33,35	241,94
200		0,11	0,06	8,97	36,68
30		1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	618	22,11	22,29	91,22	646,62

Дополнительное питание(старшие)

Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной
сок фруктовый(нектар плодовые)
Хлеб ржаной

250/5		1,95	13,29	11,10	144,68
200		1,00	0,00	20,20	84,80
30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	485	8,93	13,65	43,18	288,88
Всего:	1103	131,90	31,04	35,94	134,40



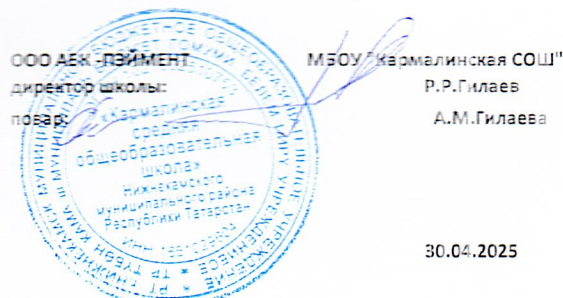
МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гилаев

А.М.Гилаева

29.04.2025

	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
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		23,55	24,06	99,50	706,62
дополнительное питание(старшие)						
бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Каша геркулесовая молочная	200		7,49	15,15	30,60	241,26
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		14,06	14,49	60,03	416,78
Всего:	1040	131,9	37,61	38,55	159,53	1123,4



Горячий завтрак (младшие)

Котлеты Здоровье из куриных грудок	90		11,20	10,96	24,82	229,63
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/3		4,60	7,19	20,56	165,30
Чай с сахаром и 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
	503	83,89	20,19	18,77	80,22	558,85

Горячий завтрак (старшие)

Котлеты Здоровье из куриных грудок	100		12,44	12,17	27,57	295,14
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		5,52	8,19	24,67	194,40
Горошек консервированный(доп гарнир)	15		0,40	1,07	2,18	20,07
Чай с сахаром и 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
	558	87,18	22,75	22,05	90,96	673,53

Завтрак (младшие)

Фрукты(яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150/5		11,26	14,01	23,68	247,80
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	45		3,38	1,31	23,13	117,90
	500		15,17	15,74	64,81	446,72

Обед (младшие)

Суп гороховый с гренками	200/5		7,24	7,96	30,41	250,82
Котлеты Здоровье из куриных грудок	90		11,20	10,96	24,82	229,63
Каша гречневая (вязкая) с маслом сливочным	150/3		4,60	7,19	20,56	165,3
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
	703		27,62	26,77	122,00	856,80
	1203	126,99	42,79	42,51	136,81	1303,52

Горячий завтрак (старшие)

Котлеты Здоровье из куриных грудок	100		12,44	12,17	27,57	295,14
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		5,52	8,19	24,67	194,40
Горошек консервированный(доп гарнир)	15		0,40	1,07	2,18	20,07
Чай с сахаром и 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

Итого: **558** **87,18** **22,75** **22,05** **90,96** **673,53**

Дополнительное питание (старшие)

Суп гороховый с гренками	250/7		7,24	7,96	30,41	250,82
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40

Итого: **487** **11,73** **10,41** **60,32** **422,88**

Всего: **1045** **131,9** **34,48** **32,46** **151,28** **1096,41**