



МБОУ" Кармалинская СОШ"  
Р.Р.Гиляев  
А.М.Гиляева

28.09.2022

Горячий завтрак (младшие)

	ВЫХОД	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
биточки рыбные	90		14,74	9,17	0	164,29
макаронные изделия отварные с маслом	150/5		5,71	4,27	31,95	189,00
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,8	71
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
<b>итого:</b>	<b>500</b>	<b>68,45</b>	<b>20,16</b>	<b>19,98</b>	<b>83,6</b>	<b>558,57</b>

5-11 классы

салат из свежей капусты с морковью	100		1,31	3,25	0,09	60,4
биточки рыбные	100		14,74	7,17	0	164,28
макаронные изделия отварные с маслом	180/3		6,83	2,93	38,29	206,96
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб пшеничный	20		1,32	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
<b>итого:</b>	<b>633</b>	<b>59,9</b>	<b>23,62</b>	<b>23,95</b>	<b>95,11</b>	<b>654,92</b>