

ООО АБК -ПЭЙМЕНТ

директор школы:

повар:



МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

30.01.2024

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (младшие)						
яблоко	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		17,01	18,47	41,76	473,54
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	540	80,66	19,92	18,89	79,82	592,14
Горячий завтрак (старшие)						
Салат из квашенной капусты	100		1,70	4,80	8,46	85,7
Жаркое из птицы (куриных грудок)	250		20,26	19,08	53,20	541,92
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47,00
Итого:	570	63,50	23,55	24,06	91,80	706,62
Завтрак (младшие)						
Яйцо вареное	40		5,08	4,60	0,28	63,00
Каша геркулесовая молочная	200		6,29	10,15	30,60	241,26
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		15,94	16,51	69,68	493,46
Обед (младшие)						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		5,94	6,82	24,56	94,90
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		17,01	18,47	41,76	473,54
капуста квашенная(доп гарнир)	45		0,77	2,25	3,79	39,56
Напиток из изюма и яблок	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	700	119,71	27,42	28,16	111,65	782,52
Всего:	1200		43,36	44,67	181,33	1274,98