

ООО АБК -ПЭЙМЕНТ  
директор школы:  
повар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев  
А.М.Гиляева

31.01.2024

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>						
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
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
<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>80,66</b>	<b>20,19</b>	<b>18,77</b>	<b>80,22</b>	<b>558,85</b>
<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
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	194,4
икра кабачковая	30		0,81	2,15	4,36	40,14
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	22,14	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>63,50</b>	<b>21,74</b>	<b>22,93</b>	<b>94,86</b>	<b>650,30</b>
<b>завтрак (младшие)</b>						
яблоки	100		0,40	0,40	9,8	47
каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5		11,26	14,01	23,68	247,8
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
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>15,17</b>	<b>15,74</b>	<b>64,81</b>	<b>446,72</b>
<b>Обед (младшие)</b>						
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
<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>119,71</b>	<b>27,62</b>	<b>26,77</b>	<b>122,00</b>	<b>856,80</b>
<b>Всего:</b>	<b>1203</b>		<b>42,79</b>	<b>42,51</b>	<b>186,81</b>	<b>1303,52</b>