



МБОУ "Кармалинская СОШ"
Р.Р.Гилаев
А.М.Гилаева

07.10.2025

Горячий завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
Бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Биточки рыбные с овощами	75/25		5,58	6,28	20,95	160,2
Макаронные изделия отварные с маслом сливо	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
	513	89,90	18,31	19,49	87,62	579,40

Горячий завтрак (старшие)

Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Биточки рыбные с овощами	75/25		5,58	6,28	20,95	160,2
Макаронные изделия отварные с маслом сливо	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	643	93,31	24,05	24,03	100,72	711,14

Завтрак (младшие)

Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150/5		11,47	14,42	36,78	356,1
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
батон нарезной	45		3,37	1,30	23,13	117,90
	500		18,41	18,80	79,69	581,10

Обед (младшие)

Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10		11,50	6,82	15,56	93,90
Биточки рыбные с овощами	75/25		5,58	6,28	20,95	160,2
Макаронные изделия отварные с маслом сливо	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Напиток из яблок и изюма	200		0,2	0,10	19,82	68,12
хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	703		26,00	26,26	112,13	782,87
	1203	136,02	42,27	45,06	191,82	1363,97

Горячий завтрак (старшие)

Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Биточки рыбные с овощами	75/25		5,58	6,28	20,95	160,2
Макаронные изделия отварные с маслом сливо	150/3		5,68	2,88	31,96	176,1
Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	643		24,05	24,03	100,72	711,14

Дополнительное питание (старшие)

Каша гречневая молочная вязкая с маслом	230/5		17,58	22,11	56,39	396,10
напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
батон нарезной	40		3,00	1,16	0,20,562	104,80
итого:	470		20,78	23,37	96,77	569,02
всего:	1113	141,16	42,59	45,56	196,81	1230,72

ООО АБВ-ТАЙМЕНТ
директор школы
повар:

МБОУ "Нармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев
А.М.Гиляева

06.10.2025

Горячий завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	ккалл
яблоко	100		0,40	0,40	9,80	47,00
запеканка картофельная с мясом,с маслом сливочным	180/3		14,96	16,81	52,95	425,30
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Всего:	503	89,90	18,20	18,80	79,59	564,97

Горячий завтрак(старшие)

огурцы свежие	60		1,00	3,00	5,04	51,40
запеканка картофельная с мясом,с маслом сливочным	245/5		19,78	20,71	71,55	532,00
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Всего:	560	93,31	25,90	25,54	108,19	746,57

Завтрак (младшие)

бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5		9,24	9,16	28,23	218,12
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
Итого:	500		18,72	20,16	87,40	602,71

Обед (младшие)

борщ из свежей капусты с картофелем ,со сметаной	200/5		6,57	8,69	16,03	293,10
запеканка картофельная с мясом,с маслом сливочным	180/3		14,96	16,81	52,95	425,30
огурцы свежие	60		1,00	3,00	5,04	51,40
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45		2,97	0,54	17,82	89,10
Итого:	703	136,02	27,56	28,80	122,87	861,24
Всего:	1203		46,28	48,96	210,27	1463,95

Горячий завтрак(старшие)

огурцы свежие	60		1,00	3,00	5,04	51,40
запеканка картофельная с мясом,с маслом сливочным	245/5		19,78	20,71	71,55	532,00
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Всего:	560		25,90	25,54	108,19	746,57

Дополнительное питание (старшие)

Каша рисовая молочная с маслом сливочным	230		11,80	11,70	36,07	278,70
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
батон нарезной	40		3	1,16	20,56	104,8
всего:	475		15,50	12,96	78,66	476,40
Итого:	1035	141,16	38,4	36,5	178,85	1188,97