

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ

директор школы:

повар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

08.12.2025

Горячий завтрак (младшие)

	выход	стоимость	Жиры	угл_ды	ккал
Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50		7,86	14,83	155
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	90		9,63	21,79	199,8
Макаронные изделия отварные(рожки)	153		2,88	31,96	176,1
чай с сахаром, с яблоком	200		0,06	8,97	36,68
хлеб пшеничный	20		0,16	9,84	47
ИТОГО:	513		89,9	20,59	614,58

Горячий завтрак (старшие)

Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50		7,86	14,83	155
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	100		10,7	24,21	211,11
Макаронные изделия отварные(рожки)	183		5,15	40,45	241
чай с сахаром, с яблоком	200		0,06	8,97	36,68
хлеб пшеничный	20		0,16	9,84	47
хлеб ржаной	20		0,24	7,92	39,6
ИТОГО:	550		93,31	23,93	693

Завтрак (младшие)

Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50		7,86	14,83	155
каша пшеничная молочная	200		10,86	35,49	280,46
чай с сахаром, с яблоком	200		0,06	8,97	36,68
батон нарезной	50		1,45	25,7	131
итого:	500		20,23	84,99	603,14

Обед (младшие)

Борщ и свежей капусты с картофелем и со сметаной	200/5		13,69	22,93	233,1
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	90		9,63	21,79	199,8
Макаронные изделия отварные(рожки)	153		2,88	31,96	176,1
Напиток из плодов шиповника	200		0,1	20,2	123,6
хлеб пшеничный	20		0,16	9,84	47
хлеб ржаной	40		0,48	15,84	79,2
ИТОГО:	708		136,02	26,94	858,8
всего:	1208			47,17	1461,94

Горячий завтрак (старшие)

Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50		7,86	14,83	155
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	100		10,7	24,21	211,11
Макаронные изделия отварные(рожки)	183		5,15	40,45	241
чай с сахаром, с яблоком	200		0,06	8,97	36,68
хлеб пшеничный	20		0,16	9,84	47
хлеб ржаной	20		0,24	7,92	39,6
ИТОГО:	550		23,93	99,92	693

Дополнительное питание (старшие)

Борщ и свежей капусты с картофелем и со сметаной	250/5		13,69	22,93	233,1
Напиток из плодов шиповника	200		0,1	20,2	123,6
батон нарезной	40		1,16	20,56	104,8
итого:	495		14,55	51,86	373,08
всего:	1058		141,6	38,68	1086,27

ООО АБК -ПЭЙМЕНТ

директор школы:

повар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

09.12.2025

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (младшие)						
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		14,10	15,47	52,76	403,54
капуста квашенная(доп гарнир)	60		1,01	3,00	5,04	51,41
Чай с молоком с сахаром	200		11,52	1,35	8,92	53,07
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	500	89,90	29,47	20,22	84,48	594,62
Горячий завтрак (старшие)						
Жаркое из птицы (куриных грудок) (50/200)	250		20,26	21,18	73,20	541,92
капуста квашенная(доп гарнир)	60		1,01	3,00	5,04	51,41
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	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	550	93,31	24,18	24,60	104,00	711,93
Завтрак (младшие)						
Булочка сдобная	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)	60		1,01	3,00	5,04	51,41
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	136,02	28,00	27,74	114,72	795,42
Всего:	1200		46,37	46,95	200,92	1409,71
Горячий завтрак (старшие)						
капуста квашенная(доп гарнир)	60		1,01	3,00	5,04	51,41
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	22,26	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	141,16	37,61	38,55	159,53	1123,4

ООО АБК -ПЭЙМЕНТ
директор школы:
повар:



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

10.12.2025

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
Горячий завтрак (младшие)						
Яблоко	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Котлеты из говядины с овощами	75/25		10,58	10,98	16,21	195,20
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	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	9,92	39,60
	593	89,90	18,55	18,99	80,53	558,12
Горячий завтрак (старшие)						
Яблоко	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Котлеты из говядины с овощами	75/25		10,58	10,98	16,21	195,20
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		9,62	12,89	55,67	348,40
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	9,92	39,60
	623	93,31	23,57	24,09	100,04	711,22
Завтрак (младшие)						
Фрукты(яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная	200		14,60	17,67	36,55	355,50
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	50		3,38	1,31	23,13	117,90
	550		18,88	19,54	80,25	567,52
Обед (младшие)						
Суп картофельный с вермишелью	200		6,15	7,47	9,06	204,60
Котлеты из говядины с овощами	75/25		10,58	10,98	16,21	195,20
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	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
	713	136,02	26,19	26,38	112,54	784,20
	1263		45,07	45,92	192,79	1351,72
Горячий завтрак (старшие)						
Яблоко	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Котлеты из говядины с овощами	75/25		10,58	10,98	16,21	195,20
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3		9,62	12,89	55,67	348,40
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	9,92	39,60
	623		23,57	24,09	100,04	711,22
Дополнительное питание (старшие)						
Каша пшеничная молочная вякая с маслом сливочным	200/5		13,13	15,79	56,97	441,02
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90
батон нарезной	40		3,00	1,16	20,56	104,80