

ООО АБК - ПЭЙМЕНТ

директор школы:

повар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гилаев

А.М.Гилаева

среда 2 неделя 07.12.2022

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
Завтрак (младшие)						
Фрукты (яблоки)	100		0,400	0,400	9,800	47,000
Запеканка из творога с сгущенным молоком	130/20		14,29	17,4	27,82	364,9
Чай с мармеладом	185/15		0	0	25,2	96,07
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132
Итого:	500		18,45	19,54	87,64	609
Обед (младшие)						
Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,33	8,12	15,55	144,6
Суп картофельный с крупой (пшено)	200		1,570	2,170	9,700	68,600
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		14,33	28,73	19,77	396
напиток из замороженных фруктов	200		0,2	0,1	19,82	89
Хлеб ржаной	45		2,960	0,540	17,780	89
Хлеб пшеничный	20		1,320	0,160	9,840	47
Итого:	705	106,00	25,65	28,74	112,10	781,49
Всего:	1205		44,100	48,280	199,740	1390,860

Горячий завтрак (младшие) 1-4 классы	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
бутерброд с маслом сливочным, с сыром	50		6,27	7,03	14,83	155
жаркое из птицы (куриные грудки)	50/150		14,13	16,17	49,97	398
чай с мармеладом	200		0	0	25,2	96,07
Хлеб пшеничный	20		1,32	0,16	9,84	47
хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,98	60
Итого:	500	68,45	20,2	19,24	82,48	616,67

горячий завтрак 5-11 классы						
бутерброд с маслом сливочным	40		2,53	8,02	15,53	144,6
жаркое из птицы (куриные грудки)	50/200		15,91	15,25	26,3	484,33
напиток из замороженных фруктов	200		0,2	0,1	19,82	89
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	19,73	70
Хлеб ржаной	30		1,97	0,36	11,92	59,28
Итого:	550	59,9	22,63	23,95	95,99	702,98

дополнительное питание						
печенье	30		2,25	2,94	22,32	125,1
Запеканка из творога с сгущенным молоком	130/20		14,29	17,4	27,82	364,9
Чай с мармеладом	185/15		0	0	25,2	96,07
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132
Итого:	430		20,3	22,08	87,64	609,37