



ООО АБК - ПЭЙМЕНТ

директор школы:

повар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гилаев

А.М.Гилаева

10.11.2023

Горячий завтрак (младшие)

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
сырники творожные с повидлом	120/30		15,10	14,48	36,67	367,4
Какао с молоком	200		0,08	4,54	10,61	38,60
Хлеб пшеничный	20		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	500	77,59	19,18	19,90	79,76	563,10

Горячий завтрак(старшие)

Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Запеканка из творога с повидлом	170/30		19,53	18,18	48,50	552,80
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	32,00	132,80
Хлеб пшеничный	25		1,87	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
Итого:	550	60,90	23,52	22,18	92,50	710,85

Завтрак (младшие)

Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
сырники творожные с повидлом	120/30		15,10	14,48	36,67	367,4
Какао с молоком	200		0,08	4,54	10,61	38,60
Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132,00
Итого:	500		19,34	20,16	87,92	585,00

Обед (младшие)

Свекла отварная (дольками)	60		0,9	0,02	5,27	24,77
Суп картофельный с вермешелью	200		8,15	9,27	43,96	254,60
Плов из куриной грудки(50/150)	200		14,42	18,43	40,93	370,50
Хлеб пшеничный	20		1,50	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	700	115,14	26,45	28,28	118,83	783,07
Всего:	1200		45,79	48,44	206,75	1368,07