

ООО АБК -ПЭЙМЕНТ

директор школы:

повар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

29.01.2024

Горячий завтрак (младшие) 1-4 классы

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
Бутерброд с маслом сливочным(30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00
Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	170,20
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
Чай с сахаром , с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	503	80,66	20,15	19,65	79,95	558,58

Горячий завтрак (старшие)

Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Биточки рыбные с молочным соусом	90/10		10,68	13,98	20,35	290,20
Макаронные изделия отварные	180		6,22	4,42	33,30	155,14
Чай с сахаром,с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	610	63,50	18,73	19,10	80,34	568,62

Завтрак (младшие)

Каша пшеничная молочная	200		8,56	9,8	19,49	174,46
Чай с сахаром , с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Печенье	40		2,96	3,76	10,84	124,28
Батон нарезной	60		4,50	1,74	30,84	157,20
Итого:	500		16,13	15,36	70,14	492,62

Обед (младшие)

Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5		1,57	10,69	8,93	113,10
Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	170,20
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10
Сок фруктовый (нектар плодовой)	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
Итого:	703	119,71	22,86	23,09	101,96	664,20
Всего:	1203		38,99	38,45	172,10	1156,82