

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ

директор школы:

повар:



МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

14.04.2026

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (младшие)						
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		14,01	15,47	52,76	403,54
икра из кабачков(доп.гарнир)	60		0,60	3,20	4,20	38,15
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	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	92,89	18,97	20,42	83,64	581,36
Горячий завтрак (старшие)						
Жаркое из птицы (куриных грудок) (50/200)	250		18,16	19,18	68,20	501,92
икра из кабачков(доп.гарнир)	60		0,60	3,20	4,20	38,15
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	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:	550	93,71	23,12	24,13	99,08	679,74
Завтрак (младшие)						
Булочка сдобная	50		7,05	9,30	16,80	209,00
Каша геркулесовая молочная	200		7,79	8,46	31,91	216,30
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	1,35	8,92	53,07
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
Итого:	500		20,11	20,56	83,33	609,37
Обед (младшие)						
Суп гороховый с гренками	200/5		8,24	9,96	23,41	160,82
Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		14,01	15,47	52,76	473,54
капуста квашенная(доп гарнир)	35		0,59	1,75	2,94	29,99
Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Хлеб ржаной	60		3,96	0,72	23,76	118,80
Итого:	700	139,01	27,00	28,00	122,69	51,27
Всего:	1200		47,11	48,56	206,02	1460,64
Горячий завтрак (старшие)						
Жаркое из птицы (куриных грудок) (50/200)	250		18,16	19,18	68,20	501,92
икра из кабачков(доп.гарнир)	60		0,60	3,20	4,20	38,15
Чай с молоком с сахаром	200		1,52	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:	550		23,12	24,13	99,08	679,74
дополнительное питание(старшие)						
Каша геркулесовая молочная	205		9,21	13,40	41,21	286,03
Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12
Батон нарезной	40		3,00	1,16	20,56	104,80
Итого:	445		12,41	14,66	81,59	458,95
Всего:	995	141,56	35,94	38,59	181,51	1151,95

ООО АБК -ПЭЙМЕНТ

директор школы:

позар:

МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

13.04.2026

Горячий завтрак (младшие)

	выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды
Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	90		6,3	9,63	21,79
Макаронные изделия отварные(рожки)	152		5,18	2,1	31,16
чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97
хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38
итого:	513	92,89	19	19,77	84,13

Горячий завтрак (старшие)

Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	100		7	10,7	24,21
Макаронные изделия отварные(рожки)	183		7,64	5,15	40,45
чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97
хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92
итого:	553	93,71	22,34	23	91,38

Завтрак (младшие)

Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83
каша пшеничная молочная	200		10,06	10,86	35,49
чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97
батон нарезной	50		3,75	1,45	25,7
итого:	500		20,19	20,23	84,99

Обед (младшие)

Борщ и свежей капусты с картофелем и со сметаной	200/5		9,07	13,01	16,03
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	90		6,3	9,63	21,79
Макаронные изделия отварные(рожки)	153		5,68	2,88	31,96
Напиток из плодов шиповника	200		0,6	0,1	20,2
хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84
хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84
итого :	708	139,01	25,81	26,26	115,66
всего:	1208		46	46,49	200,65

Горячий завтрак (старшие)

Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	100		7	10,7	24,21
Макаронные изделия отварные(рожки)	183		7,64	5,15	40,45
чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97
хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92
итого:	553	93,71	22,34	23	91,38

Дополнительное питание (старшие)

Борщ и свежей капусты с картофелем и со сметаной	250/5		11,28	16,18	19,94
Напиток из плодов шиповника	200		0,6	0,1	20,2
батон нарезной	40		3	1,16	20,56
итого:	495	14,88	14,88	17,44	60,7
всего:	1048	141,56	37,22	40,44	152,08

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ
Директор школы
повар:



МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

15.04.2026

	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	152		4,30	6,89	30,43	178,10
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	30		1,98	0,36	11,88	59,40
	602	92,89	18,91	18,81	86,36	560,72
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	200		8,10	10,20	51,00	285,50
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	7,92	39,60
	623	93,71	22,05	22,00	100,07	648,32
Завтрак (младшие)						
Фрукты(яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша пшеничная молочная	200		15,60	16,97	35,95	351,50
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
	550		19,88	18,84	79,65	563,52
Обед (младшие)						
Суп картофельный с вермишелью	200		6,15	7,47	12,06	204,60
Котлеты из говядины с овощами	75/25		10,58	10,98	16,21	195,20
Каша гречневая (вязкая)	153		4,60	7,19	35,43	185,3
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	139,01	26,19	26,38	111,41	804,20
	1263		46,07	45,22	191,06	1367,72
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	200		8,10	10,20	51,00	285,50
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	7,92	39,60
	623	93,71	22,05	22,00	100,07	648,32
Дополнительное питание (старшие)						
Каша пшеничная молочная вякая	205		15,90	18,10	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
Итого:	445		19,60	19,36	99,56	638,72
Всего:	1068	141,56	41,65	41,36	199,63	1287,04



Р.Р.Гиляев
А.М.Гиляева

16.04.2026

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
Горячий завтрак (младшие)						
Печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
пюре картофельное	180		5,70	8,30	14,90	189,00
сок фруктовый	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	540	92,89	18,40	19,56	81,23	612,74
горячий завтрак (старшие)						
Свёкла отварная(доп гарнир)	50		0,70	3,00	4,13	46,40
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
пюре картофельное	200		7,90	14,47	47,90	324,00
чай с сахаром ,с шиповником	200		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	585	93,71	21,57	21,90	93,12	669,47
Завтрак (младшие)						
Печенье	20		1,48	1,88	5,42	62,14
омлет натуральный	50		4,70	8,27	0,14	31,50
Каша кукурузная молочная	155		6,94	7,95	30,50	236,73
Чай с сахаром, с шиповником	200		0,13	0,02	8,20	34,02
Батон нарезной	75		5,60	2,16	35,36	195,52
Итого:	500		18,85	20,28	79,62	559,91
Обед (младшие)						
Щи из св.капусты с картофелем	250		8,04	8,00	26,50	211,90
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
пюре картофельное	180		5,70	8,30	14,90	189,00
Свёкла отварная(доп.гарнир)	30		0,42	1,80	2,48	27,84
сок фруктовый	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
Итого:	820	139,01	26,70	27,72	112,71	829,94
Всего:	1320		45,55	48,00	192,33	1389,85
дополнительное питание (старшие)						
омлет натуральный	50		4,70	8,27	0,14	31,50
Каша кукурузная молочная	185		8,32	9,54	31,56	284,00
сок фруктовый	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Батон нарезной	40		3,00	1,16	20,56	104,80
Итого:	475		17,02	18,97	72,46	505,10
горячий завтрак (старшие)						
Свёкла отварная(доп гарнир)	50		0,70	3,00	4,13	46,40
Биточки рыбные из минтая с молочным соусом	75/25		7,38	8,98	22,95	190,20
пюре картофельное	200		7,90	14,47	47,90	324,00
чай с сахаром ,с шиповником	200		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
Итого:	590		21,57	21,90	93,12	669,47
Всего:	1065	141,56	38,59	40,87	165,58	1174,57

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ
директор школы:
повар:



МБОУ "Кармалтинская СОШ"

Р.Р.Гилаев
А.М.Гилаева

17.04.2026

Горячий завтрак (младшие)	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Фрукты (яблоко)	100		0,4	0,40	9,80	47,00
шницель куриный в томатном соусе	75/25		10,09	9,24	12,14	205,63
Рис отварной	150		3,32	7,00	52,20	203,00
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
итого:	570	9 2,89	19,41	20,34	86,59	561,23
Горячий завтрак(старшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,4	0,40	9,80	47,00
шницель куриный в томатном соусе	75/25		10,09	9,24	12,14	205,63
Рис отварной	180		9,38	13,40	45,76	305,60
компот из свежих яблук	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
итого:	610	93,7 1	22,31	23,44	93,37	675,33
Завтрак (младшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
Каша ячневая молочная	152		9	13,43	41,62	331,89
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00
итого:	502		17,23	18,82	79,73	568,49
Обед (младшие)						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		9,94	10,8 2	15,56	203,9
шницель куриный в томатном соусе	75/25		10,09	9,24	12,14	205,63
Рис отварной	150		3,32	7,00	52,20	203,00
Компот из свежих яблук	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,20
итого:	715	139,01	27,67	27,86	116,49	785,33
	1217		45	46,68	196,22	1353,82
Горячий завтрак(старшие)						
Фрукты (яблоко)	100		0,4	0,40	9,80	47,00
шницель куриный в томатном соусе	75/25		10,09	9,24	12,14	205,63
Рис отварной	180		9,38	13,40	45,76	305,60
компот из свежих яблук	200		0,16	0,16	10,91	46,60
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
итого 10			22,31	23,44	93,37	675,33
Дополнительное питание (старшие)						
Каша ячневая молочная	203		9,72	12,97	29,87	279,69
Какао с молоком	200		4,08	3,54	2,61	58,60
Батон нарезной	40		3,00	1,16	20,56	104,80
итого:	443		16,8	17,67	53,04	443,09
	1053	141,56	39,11	41,11	146,41	1118,42

ООО АБК-ПЭЙМЕНТ
директор школы:
повар:



МБОУ "Кармалинская СОШ"
Р.Р.Гиляев
А.М.Гиляева

18.04.2026

	выход	стоим.	белки	жиры	углев	ккалл
Горячий завтрак (младшие)						
огурцы соленые порционно(доп гарнир)	30		0,24	0,03	2,10	3,00
тефтели	90		8,70	10,46	17,98	188,82
Пюре гороховое	153		6,09	8,26	30,06	244,95
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	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	523	92,89	18,60	19,29	79,86	575,17
Горячий завтрак (старшие)						
огурцы соленые порционно(доп гарнир)	30		0,24	0,03	2,10	3,00
Суп картофельный с горохом	250		10,43	8,02	52,53	328,25
сосиска в тесте	100		9,50	15,30	26,10	282,00
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00
хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	32,25
Итого:	595	93,71	21,38	23,49	96,11	680,50
Дополнительное питание (старшие)						
Каша манная молочная	205		5,85	10,46	27,20	201,97
напиок лимонный	200		0,45	0,10	14,03	61,40
Батон нарезной	40		3,00	1,16	20,56	104,80
Итого:	445		9,30	11,72	61,79	368,17
Всего:	1040	141,56	30,88	35,21	157,72	1055,57