|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | ***08.02.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Начальная школа)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***200*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-268, Бел-8, Жир-10, Угл-36 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***60*** | ***Фрукт*** |  |
| ***45*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 45*** | кКал-140, Бел-5, Жир-7, Угл-15 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-441, Бел-13, Жир-17, Угл-60 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 |
| ***80*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-224, Бел-7, Жир-3, Угл-42 |
| ***100*** | ***Рыба запеченая*** | кКал-106, Бел-17, Жир-4 |
| ***200*** | ***Борщ с картофелем*** | кКал-79, Бел-1, Жир-3, Угл-10 |
| ***200*** | ***Компот из сушеных фруктов*** | кКал-84, Угл-21 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-844, Бел-34, Жир-17, Угл-134 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***200*** | ***Чай с лимоном*** | кКал-58, Угл-15 |
| ***25*** | ***Вафли (152117302)*** | кКал-136, Бел-1, Жир-8, Угл-16 |
| ***180*** | ***Запеканка капустная с мясом*** | кКал-238, Бел-11, Жир-15, Угл-14 |
| **Итого за упл полдн** | кКал-479, Бел-14, Жир-23, Угл-55 |
| **Итого за день** | кКал-1 764, Бел-61, Жир-57, Угл-249 |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***08.02.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Школа)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен2*** |  |
| ***220*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-295, Бел-9, Жир-11, Угл-40 |
| ***100*** | ***Фрукт*** |  |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***45*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 45*** | кКал-140, Бел-5, Жир-7, Угл-15 |
| **Итого за завт1смен2** | кКал-468, Бел-14, Жир-18, Угл-64 |
| ***обед смен2*** |  |
| ***250*** | ***Борщ с картофелем*** | кКал-99, Бел-2, Жир-4, Угл-13 |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 |
| ***120*** | ***Рыба запеченая*** | кКал-127, Бел-21, Жир-5 |
| ***200*** | ***Компот из сушеных фруктов*** | кКал-84, Угл-21 |
| ***50*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-125, Бел-4, Жир-1, Угл-25 |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 |
| ***100*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-14, Бел-1, Угл-3 |
| **Итого за обед смен2** | кКал-770, Бел-36, Жир-18, Угл-116 |
| **Итого за день** | кКал-1 238, Бел-50, Жир-36, Угл-180 |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |