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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | ***02.09.2022*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Начальная школа)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***120*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-299, Бел-24, Жир-15, Угл-16 |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| ***131*** | ***Фрукт*** |  |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-510, Бел-28, Жир-20, Угл-54 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Суп-пюре из гороха с говядиной*** | кКал-187, Бел-12, Жир-5, Угл-24 |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 |
| ***90*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-206, Бел-14, Жир-13, Угл-8 |
| ***35*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-98, Бел-3, Жир-1, Угл-19 |
| ***30*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-4, Угл-1 |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-692, Бел-32, Жир-24, Угл-83 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***200*** | ***Сок*** | кКал-92, Угл-23 |
| ***102*** | ***Булочка готовая*** | кКал-313, Бел-9, Жир-8, Угл-52 |
| **Итого за упл полдн** | кКал-405, Бел-9, Жир-8, Угл-75 |
| **Итого за день** | кКал-1 607, Бел-69, Жир-52, Угл-212 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***02.09.2022*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Школа)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен2*** |  |
| ***134*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-334, Бел-26, Жир-17, Угл-18 |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***180*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за завт1смен2** | кКал-545, Бел-30, Жир-22, Угл-56 |
| ***обед смен2*** |  |
| ***250*** | ***Суп-пюре из гороха с говядиной*** | кКал-234, Бел-16, Жир-6, Угл-30 |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 |
| ***120*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-274, Бел-18, Жир-18, Угл-11 |
| ***16*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-40, Бел-1, Угл-8 |
| ***36*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-101, Бел-3, Жир-1, Угл-19 |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 |
| ***30*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-4, Угл-1 |
| **Итого за обед смен2** | кКал-880, Бел-42, Жир-31, Угл-105 |
| **Итого за день** | кКал-1 425, Бел-72, Жир-53, Угл-161 |
|  |  |  |  |

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