|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***15.02.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Каша гречневая с маслом и сахаром*** | кКал-258, Бел-8, Жир-9, Угл-35 | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***180*** | ***Кофейный напиток с молоком*** | кКал-97, Бел-3, Жир-3, Угл-15 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-442, Бел-13, Жир-16, Угл-61 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Рассольник ленинградский*** | кКал-117, Бел-6, Жир-5, Угл-12 | |
| ***120*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-79, Бел-3, Жир-3, Угл-11 | |
| ***60*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-147, Бел-11, Жир-9, Угл-5 | |
| ***150*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-35, Угл-7 | |
| ***36*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-90, Бел-3, Угл-18 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-468, Бел-23, Жир-17, Угл-53 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***50*** | ***Печенье*** | кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33 | |
| ***150*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-84, Бел-4, Жир-5, Угл-6 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-309, Бел-14, Жир-11, Угл-39 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***150*** | ***Макароны с сыром*** | кКал-202, Бел-7, Жир-5, Угл-33 | |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-279, Бел-9, Жир-5, Угл-51 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 544, Бел-59, Жир-49, Угл-216 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***15.02.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Каша гречневая с маслом и сахаром*** | кКал-310, Бел-10, Жир-11, Угл-42 | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***200*** | ***Кофейный напиток с молоком*** | кКал-107, Бел-3, Жир-4, Угл-16 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-504, Бел-15, Жир-19, Угл-69 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Рассольник ленинградский*** | кКал-117, Бел-6, Жир-5, Угл-12 | |
| ***130*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-85, Бел-3, Жир-3, Угл-12 | |
| ***80*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-196, Бел-14, Жир-12, Угл-7 | |
| ***180*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-41, Угл-9 | |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-113, Бел-3, Угл-23 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-552, Бел-26, Жир-20, Угл-63 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***200*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-112, Бел-6, Жир-6, Угл-8 | |
| ***50*** | ***Печенье*** | кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-337, Бел-16, Жир-12, Угл-41 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***160*** | ***Макароны с сыром*** | кКал-216, Бел-8, Жир-5, Угл-35 | |
| ***90*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-293, Бел-10, Жир-5, Угл-53 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 732, Бел-67, Жир-56, Угл-238 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***15.02.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Начальная школа)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***Вода*** | | |  |
| ***200*** | ***Вода питьевая*** |  | |
| **Итого за Вода** | |  | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***35*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 35*** | кКал-115, Бел-4, Жир-6, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Каша гречневая с маслом и сахаром*** | кКал-344, Бел-11, Жир-12, Угл-47 | |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-492, Бел-15, Жир-18, Угл-66 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Рассольник ленинградский*** | кКал-130, Бел-6, Жир-6, Угл-13 | |
| ***150*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-98, Бел-4, Жир-3, Угл-13 | |
| ***100*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-245, Бел-18, Жир-15, Угл-9 | |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 | |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 | |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-829, Бел-37, Жир-27, Угл-105 | |
| ***упл полдн*** | | |  |
| ***180*** | ***Макароны с сыром*** | кКал-243, Бел-8, Жир-6, Угл-39 | |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-323, Бел-10, Жир-6, Угл-58 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 644, Бел-62, Жир-51, Угл-229 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***15.02.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Школа)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***Вода*** | | |  |
| ***200*** | ***Вода питьевая*** |  | |
| **Итого за Вода** | |  | |
| ***завт1смен2*** | | |  |
| ***220*** | ***Макароны с сыром*** | кКал-297, Бел-10, Жир-7, Угл-48 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 | |
| ***120*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за завт1смен2** | | кКал-434, Бел-12, Жир-11, Угл-72 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Рассольник ленинградский*** | кКал-162, Бел-8, Жир-7, Угл-17 | |
| ***180*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-118, Бел-4, Жир-4, Угл-16 | |
| ***120*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-294, Бел-21, Жир-18, Угл-11 | |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 | |
| ***80*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-224, Бел-7, Жир-3, Угл-42 | |
| ***40*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-100, Бел-3, Угл-20 | |
| **Итого за обед смен2** | | кКал-944, Бел-43, Жир-32, Угл-115 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 378, Бел-55, Жир-43, Угл-187 | |
|  |  |  |  |

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

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