|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***04.05.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***100*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-249, Бел-20, Жир-13, Угл-14 | |
| ***25*** | ***Сгущенное молоко*** |  | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***150*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-25, Угл-6 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-361, Бел-22, Жир-17, Угл-31 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Суп из овощей*** | кКал-74, Бел-4, Жир-5, Угл-5 | |
| ***110*** | ***Каша рисовая рассыпчатая с овощами*** | кКал-138, Бел-3, Жир-3, Угл-25 | |
| ***150*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-84, Бел-1, Угл-19 | |
| ***40*** | ***Помидоры свежие*** | кКал-10, Угл-2 | |
| ***36*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-90, Бел-3, Угл-18 | |
| ***20*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-56, Бел-2, Жир-1, Угл-11 | |
| ***50*** | ***Соус сметанный*** | кКал-28, Бел-1, Жир-1, Угл-4 | |
| ***60*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-147, Бел-11, Жир-9, Угл-5 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-627, Бел-25, Жир-19, Угл-89 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***40*** | ***Пряник*** | кКал-140, Бел-3, Жир-2, Угл-28 | |
| ***165*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-92, Бел-5, Жир-5, Угл-7 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-232, Бел-8, Жир-7, Угл-35 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***150*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-25, Угл-6 | |
| ***180*** | ***Суп молочный с изделиями макаронными*** | кКал-226, Бел-7, Жир-9, Угл-29 | |
| ***90*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-298, Бел-9, Жир-9, Угл-45 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 564, Бел-64, Жир-52, Угл-212 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***04.05.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **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*** | ***Сгущенное молоко*** |  | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-416, Бел-26, Жир-19, Угл-35 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Суп из овощей*** | кКал-89, Бел-4, Жир-5, Угл-6 | |
| ***150*** | ***Каша рисовая рассыпчатая с овощами*** | кКал-188, Бел-3, Жир-4, Угл-34 | |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 | |
| ***40*** | ***Помидоры свежие*** | кКал-10, Угл-2 | |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-113, Бел-3, Угл-23 | |
| ***25*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-70, Бел-2, Жир-1, Угл-13 | |
| ***50*** | ***Соус сметанный*** | кКал-28, Бел-1, Жир-1, Угл-4 | |
| ***80*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-196, Бел-14, Жир-12, Угл-7 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-805, Бел-28, Жир-23, Угл-114 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***190*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-106, Бел-6, Жир-6, Угл-8 | |
| ***40*** | ***Пряник*** | кКал-140, Бел-3, Жир-2, Угл-28 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-246, Бел-9, Жир-8, Угл-36 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| ***200*** | ***Суп молочный с изделиями макаронными*** | кКал-251, Бел-7, Жир-10, Угл-32 | |
| ***90*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-328, Бел-9, Жир-10, Угл-50 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 841, Бел-72, Жир-60, Угл-247 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***04.05.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Начальная школа)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***Вода*** | | |  |
| ***300*** | ***Вода питьевая*** |  | |
| **Итого за Вода** | |  | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***125*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-312, Бел-25, Жир-16, Угл-17 | |
| ***110*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***25*** | ***Сгущенное молоко*** |  | |
| ***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-449, Бел-27, Жир-20, Угл-41 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Каша рисовая рассыпчатая с овощами*** | кКал-188, Бел-3, Жир-4, Угл-34 | |
| ***40*** | ***Помидоры свежие*** | кКал-10, Угл-2 | |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 | |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-112, Бел-3, Жир-1, Угл-21 | |
| ***20*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-56, Бел-2, Жир-1, Угл-11 | |
| ***100*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-245, Бел-18, Жир-15, Угл-9 | |
| ***200*** | ***Суп из овощей*** | кКал-99, Бел-5, Жир-6, Угл-6 | |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-871, Бел-34, Жир-27, Угл-118 | |
| ***упл полдн*** | | |  |
| ***200*** | ***Суп молочный с изделиями макаронными*** | кКал-251, Бел-7, Жир-10, Угл-32 | |
| ***50*** | ***Бутерброд с джемом*** | кКал-106, Бел-1, Угл-26 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-390, Бел-8, Жир-10, Угл-67 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 710, Бел-69, Жир-57, Угл-226 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***04.05.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Школа)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***Вода*** | | |  |
| ***300*** | ***Вода питьевая*** |  | |
| **Итого за Вода** | |  | |
| ***завт1смен2*** | | |  |
| ***130*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-324, Бел-26, Жир-16, Угл-18 | |
| ***25*** | ***Сгущенное молоко*** |  | |
| ***120*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 | |
| **Итого за завт1смен2** | | кКал-461, Бел-28, Жир-20, Угл-42 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Суп из овощей*** | кКал-124, Бел-6, Жир-8, Угл-8 | |
| ***180*** | ***Каша рисовая рассыпчатая с овощами*** | кКал-225, Бел-4, Жир-5, Угл-40 | |
| ***120*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-294, Бел-21, Жир-18, Угл-11 | |
| ***40*** | ***Помидоры свежие*** | кКал-10, Угл-2 | |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 | |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 | |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 | |
| **Итого за обед смен2** | | кКал-954, Бел-38, Жир-33, Угл-123 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 415, Бел-66, Жир-53, Угл-165 | |
|  |  |  |  |

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

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