|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***05.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Каша овсяная "Геркулес" с маслом и сахаром*** | кКал-185, Бел-6, Жир-8, Угл-23 | |
| ***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-302, Бел-8, Жир-12, Угл-42 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Борщ с капустой и картофелем*** | кКал-64, Бел-1, Жир-3, Угл-8 | |
| ***110*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-111, Бел-2, Жир-4, Угл-16 | |
| ***180*** | ***Кисель*** | кКал-63, Угл-16 | |
| ***60*** | ***Шницель рыбный натуральный*** | кКал-321, Бел-23, Жир-12, Угл-30 | |
| ***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 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-715, Бел-31, Жир-20, Угл-101 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***25*** | ***Вафли (152117302)*** | кКал-136, Бел-1, Жир-8, Угл-16 | |
| ***150*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-87, Бел-4, Жир-5, Угл-7 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-223, Бел-5, Жир-13, Угл-23 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***150*** | ***Макароны с сыром*** | кКал-202, Бел-7, Жир-5, Угл-33 | |
| ***150*** | ***Чай с лимоном*** | кКал-43, Угл-11 | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-292, Бел-9, Жир-5, Угл-54 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 578, Бел-53, Жир-50, Угл-232 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***05.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***Вода*** | | |  |
| ***300*** | ***Вода питьевая*** |  | |
| **Итого за Вода** | |  | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Каша овсяная "Геркулес" с маслом и сахаром*** | кКал-222, Бел-7, Жир-9, Угл-27 | |
| ***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-339, Бел-9, Жир-13, Угл-46 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Борщ с капустой и картофелем*** | кКал-76, Бел-1, Жир-4, Угл-9 | |
| ***130*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-131, Бел-3, Жир-4, Угл-19 | |
| ***180*** | ***Кисель*** | кКал-63, Угл-16 | |
| ***50*** | ***Помидоры свежие*** | кКал-12, Бел-1, Угл-2 | |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-113, Бел-3, Угл-23 | |
| ***80*** | ***Шницель рыбный натуральный*** | кКал-428, Бел-31, Жир-16, Угл-40 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-823, Бел-39, Жир-24, Угл-109 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***200*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-116, Бел-6, Жир-6, Угл-9 | |
| ***25*** | ***Вафли (152117302)*** | кКал-136, Бел-1, Жир-8, Угл-16 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-252, Бел-7, Жир-14, Угл-25 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***180*** | ***Макароны с сыром*** | кКал-243, Бел-8, Жир-6, Угл-39 | |
| ***180*** | ***Чай с лимоном*** | кКал-52, Угл-14 | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-342, Бел-10, Жир-6, Угл-63 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 802, Бел-65, Жир-57, Угл-255 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***05.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***200*** | ***Каша кукурузная*** | кКал-280, Бел-8, Жир-10, Угл-40 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***100*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***45*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 45*** | кКал-140, Бел-5, Жир-7, Угл-15 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-453, Бел-13, Жир-17, Угл-64 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 | |
| ***70*** | ***Помидоры свежие*** | кКал-17, Бел-1, Угл-3 | |
| ***80*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-224, Бел-7, Жир-3, Угл-42 | |
| ***100*** | ***Шницель рыбный натуральный*** | кКал-535, Бел-39, Жир-19, Угл-50 | |
| ***200*** | ***Борщ с капустой и картофелем*** | кКал-85, Бел-2, Жир-4, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Кисель*** | кКал-70, Угл-18 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-1 082, Бел-52, Жир-31, Угл-145 | |
| ***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*** | ***Макароны с сыром*** | кКал-243, Бел-8, Жир-6, Угл-39 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-484, Бел-11, Жир-14, Угл-80 | |
| **Итого за день** | | кКал-2 019, Бел-76, Жир-62, Угл-289 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***05.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***220*** | ***Каша кукурузная*** | кКал-307, Бел-8, Жир-11, Угл-44 | |
| ***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-480, Бел-13, Жир-18, Угл-68 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Борщ с капустой и картофелем*** | кКал-106, Бел-2, Жир-5, Угл-13 | |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 | |
| ***120*** | ***Шницель рыбный натуральный*** | кКал-642, Бел-46, Жир-23, Угл-60 | |
| ***200*** | ***Кисель*** | кКал-70, Угл-18 | |
| ***50*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-125, Бел-4, Жир-1, Угл-25 | |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 | |
| ***100*** | ***Помидоры свежие*** | кКал-24, Бел-1, Угл-4 | |
| **Итого за обед смен2** | | кКал-1 288, Бел-61, Жир-37, Угл-174 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 768, Бел-74, Жир-55, Угл-242 | |
|  |  |  |  |

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

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