|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***07.04.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** | ***Напиток витаминный (лимон)*** | кКал-39, Угл-10 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-39, Угл-10 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***180*** | ***Суп-лапша***  | кКал-119, Бел-6, Жир-6, Угл-11 |
| ***110*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-111, Бел-2, Жир-4, Угл-16 |
| ***60*** | ***Суфле куриное с сыром*** | кКал-141, Бел-9, Жир-9, Угл-5 |
| ***150*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-35, Угл-7 |
| ***40*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-33, Бел-1, Жир-3, Угл-1 |
| ***30*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-75, Бел-2, Угл-15 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-514, Бел-20, Жир-22, Угл-55 |
| ***полдник*** |  |
| ***160*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-90, Бел-5, Жир-5, Угл-6 |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| **Итого за полдник** | кКал-137, Бел-7, Жир-5, Угл-16 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***150*** | ***Блинчики*** | кКал-216, Бел-5, Жир-9, Угл-28 |
| ***150*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-25, Угл-6 |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-315, Бел-7, Жир-10, Угл-48 |
| **Итого за день** | кКал-1 447, Бел-47, Жир-53, Угл-190 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***07.04.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** | ***Напиток витаминный (лимон)*** | кКал-39, Угл-10 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-39, Угл-10 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***180*** | ***Суп-лапша***  | кКал-119, Бел-6, Жир-6, Угл-11 |
| ***130*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-131, Бел-3, Жир-4, Угл-19 |
| ***80*** | ***Суфле куриное с сыром*** | кКал-188, Бел-12, Жир-12, Угл-7 |
| ***180*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-41, Угл-9 |
| ***50*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-1 |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-113, Бел-3, Угл-23 |
| ***20*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-56, Бел-2, Жир-1, Угл-11 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-689, Бел-27, Жир-26, Угл-81 |
| ***полдник*** |  |
| ***180*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-101, Бел-5, Жир-6, Угл-7 |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| **Итого за полдник** | кКал-148, Бел-7, Жир-6, Угл-17 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***150*** | ***Блинчики*** | кКал-216, Бел-5, Жир-9, Угл-28 |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-320, Бел-7, Жир-10, Угл-50 |
| **Итого за день** | кКал-1 700, Бел-56, Жир-61, Угл-227 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***07.04.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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 гречневая с маслом и сахаром*** | кКал-344, Бел-11, Жир-12, Угл-47 |
| ***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-481, Бел-13, Жир-16, Угл-71 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Суп-лапша***  | кКал-133, Бел-6, Жир-7, Угл-12 |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 |
| ***60*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-49, Бел-1, Жир-4, Угл-2 |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 |
| ***60*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-168, Бел-5, Жир-2, Угл-32 |
| ***100*** | ***Суфле куриное с сыром*** | кКал-235, Бел-15, Жир-15, Угл-9 |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-982, Бел-36, Жир-35, Угл-125 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***90*** | ***слойка*** |  |
| ***115*** | ***Йогурт*** | кКал-71, Бел-3, Жир-2, Угл-10 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за упл полдн** | кКал-104, Бел-3, Жир-2, Угл-19 |
| **Итого за день** | кКал-1 567, Бел-52, Жир-53, Угл-215 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***07.04.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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 гречневая с маслом и сахаром*** | кКал-378, Бел-12, Жир-13, Угл-52 |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 |
| ***40*** | ***Печенье*** | кКал-180, Бел-8, Жир-5, Угл-26 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за завт1смен2** | кКал-695, Бел-22, Жир-22, Угл-102 |
| ***обед смен2*** |  |
| ***250*** | ***Суп-лапша***  | кКал-166, Бел-8, Жир-8, Угл-15 |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 |
| ***120*** | ***Суфле куриное с сыром*** | кКал-281, Бел-18, Жир-18, Угл-11 |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 |
| ***50*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-125, Бел-4, Жир-1, Угл-25 |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 |
| ***100*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-81, Бел-2, Жир-7, Угл-3 |
| **Итого за обед смен2** | кКал-1 020, Бел-40, Жир-42, Угл-117 |
| **Итого за день** | кКал-1 715, Бел-62, Жир-64, Угл-219 |
|  |  |  |  |

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

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