|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***10.05.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***150*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-189, Бел-6, Жир-7, Угл-25 |
| ***35*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 35*** | кКал-115, Бел-4, Жир-6, Угл-10 |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-334, Бел-10, Жир-13, Угл-43 |
| ***завтрак 2*** |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-46, Угл-12 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***150*** | ***Суп-пюре из картофеля*** | кКал-95, Бел-2, Жир-5, Угл-11 |
| ***160*** | ***Макаронник с мясом***  | кКал-412, Бел-19, Жир-12, Угл-56 |
| ***50*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-1 |
| ***150*** | ***Кисель*** | кКал-53, Угл-13 |
| ***36*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-90, Бел-3, Угл-18 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-691, Бел-25, Жир-20, Угл-99 |
| ***полдник*** |  |
| ***35*** | ***Печенье*** | кКал-158, Бел-7, Жир-4, Угл-23 |
| ***180*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-104, Бел-5, Жир-6, Угл-8 |
| **Итого за полдник** | кКал-262, Бел-12, Жир-10, Угл-31 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| ***120*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-299, Бел-24, Жир-15, Угл-16 |
| ***60*** | ***Фрукт*** |  |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-403, Бел-26, Жир-16, Угл-38 |
| **Итого за день** | кКал-1 736, Бел-73, Жир-59, Угл-223 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***10.05.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***180*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-227, Бел-7, Жир-9, Угл-30 |
| ***35*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 35*** | кКал-115, Бел-4, Жир-6, Угл-10 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-375, Бел-11, Жир-15, Угл-49 |
| ***завтрак 2*** |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-46, Угл-12 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Суп-пюре из картофеля*** | кКал-126, Бел-3, Жир-6, Угл-14 |
| ***180*** | ***Макаронник с мясом***  | кКал-464, Бел-21, Жир-14, Угл-64 |
| ***180*** | ***Кисель*** | кКал-63, Угл-16 |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-113, Бел-3, Угл-23 |
| ***50*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-1 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-807, Бел-28, Жир-23, Угл-118 |
| ***полдник*** |  |
| ***200*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-116, Бел-6, Жир-6, Угл-9 |
| ***35*** | ***Печенье*** | кКал-158, Бел-7, Жир-4, Угл-23 |
| **Итого за полдник** | кКал-274, Бел-13, Жир-10, Угл-32 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| ***120*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-299, Бел-24, Жир-15, Угл-16 |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-403, Бел-26, Жир-16, Угл-38 |
| **Итого за день** | кКал-1 905, Бел-78, Жир-64, Угл-249 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***10.05.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** |  |
| ***45*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 45*** | кКал-140, Бел-5, Жир-7, Угл-15 |
| ***200*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-252, Бел-8, Жир-10, Угл-33 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-425, Бел-13, Жир-17, Угл-57 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Суп-пюре из картофеля*** | кКал-126, Бел-3, Жир-6, Угл-14 |
| ***200*** | ***Макаронник с мясом***  | кКал-516, Бел-23, Жир-16, Угл-71 |
| ***50*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-1 |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 |
| ***200*** | ***Кисель*** | кКал-70, Угл-18 |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-943, Бел-33, Жир-27, Угл-141 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***130*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-324, Бел-26, Жир-16, Угл-18 |
| ***40*** | ***Булочка готовая*** | кКал-123, Бел-4, Жир-3, Угл-21 |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| **Итого за упл полдн** | кКал-601, Бел-34, Жир-20, Угл-72 |
| **Итого за день** | кКал-1 969, Бел-80, Жир-64, Угл-270 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***10.05.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** |  |
| ***220*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-277, Бел-8, Жир-11, Угл-37 |
| ***60*** | ***Булочка готовая*** | кКал-184, Бел-5, Жир-4, Угл-31 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***30*** | ***Батон*** | кКал-71, Бел-2, Угл-15 |
| **Итого за завт1смен2** | кКал-565, Бел-15, Жир-15, Угл-92 |
| ***обед смен2*** |  |
| ***250*** | ***Суп-пюре из картофеля*** | кКал-158, Бел-4, Жир-8, Угл-18 |
| ***50*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-1 |
| ***220*** | ***Макаронник с мясом***  | кКал-567, Бел-26, Жир-17, Угл-78 |
| ***200*** | ***Кисель*** | кКал-70, Угл-18 |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-112, Бел-3, Жир-1, Угл-21 |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 |
| **Итого за обед смен2** | кКал-998, Бел-36, Жир-29, Угл-146 |
| **Итого за день** | кКал-1 563, Бел-51, Жир-44, Угл-238 |
|  |  |  |  |

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

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