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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | | ***10.11.2022*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***135*** | ***Блинчики*** | кКал-195, Бел-4, Жир-9, Угл-25 | |
| ***110*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-349, Бел-8, Жир-10, Угл-58 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Борщ с капустой и картофелем*** | кКал-85, Бел-2, Жир-4, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Плов из говядины*** | кКал-376, Бел-16, Жир-17, Угл-40 | |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 | |
| ***60*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-168, Бел-5, Жир-2, Угл-32 | |
| ***60*** | ***Соус томатный*** | кКал-16, Угл-3 | |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-806, Бел-26, Жир-23, Угл-120 | |
| ***упл полдн*** | | |  |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 | |
| ***100*** | ***Колбаски мясные*** | кКал-84, Бел-8, Жир-5, Угл-1 | |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***30*** | ***Вафли (152117302)*** | кКал-163, Бел-1, Жир-9, Угл-19 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-478, Бел-14, Жир-19, Угл-61 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 633, Бел-48, Жир-52, Угл-239 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***10.11.2022*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 | |
| ***110*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***165*** | ***Блинчики*** | кКал-238, Бел-5, Жир-10, Угл-31 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за завт1смен2** | | кКал-392, Бел-9, Жир-11, Угл-64 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Борщ с капустой и картофелем*** | кКал-106, Бел-2, Жир-5, Угл-13 | |
| ***220*** | ***Плов из говядины*** | кКал-414, Бел-18, Жир-18, Угл-44 | |
| ***60*** | ***Соус томатный*** | кКал-16, Угл-3 | |
| ***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-837, Бел-27, Жир-25, Угл-122 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 229, Бел-36, Жир-36, Угл-186 | |
|  |  |  |  |

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

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