|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | ***11.01.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Начальная школа)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***200*** | ***Каша кукурузная*** | кКал-280, Бел-8, Жир-10, Угл-40 |
| ***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 завт1смен1** | кКал-453, Бел-13, Жир-17, Угл-64 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 |
| ***40*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-6, Угл-1 |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 |
| ***100*** | ***Колбаски мясные*** | кКал-84, Бел-8, Жир-5, Угл-1 |
| ***200*** | ***Борщ с фасолью и капустой*** | кКал-63, Бел-1, Жир-4, Угл-6 |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-555, Бел-17, Жир-16, Угл-82 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***25*** | ***Вафли (152117302)*** | кКал-136, Бел-1, Жир-8, Угл-16 |
| ***180*** | ***Макароны с сыром*** | кКал-243, Бел-8, Жир-6, Угл-39 |
| ***30*** | ***Огурцы консервированные без уксуса*** | кКал-4, Угл-1 |
| **Итого за упл полдн** | кКал-463, Бел-11, Жир-14, Угл-75 |
| **Итого за день** | кКал-1 471, Бел-41, Жир-47, Угл-221 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***11.01.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Школа)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***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 фасолью и капустой*** | кКал-79, Бел-1, Жир-5, Угл-7 |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 |
| ***120*** | ***Колбаски мясные*** | кКал-101, Бел-10, Жир-6, Угл-1 |
| ***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 |
| ***40*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-6, Угл-1 |
| **Итого за обед смен2** | кКал-668, Бел-22, Жир-19, Угл-98 |
| **Итого за день** | кКал-1 148, Бел-35, Жир-37, Угл-166 |
|  |  |  |  |

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

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