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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | | ***12.10.2022*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Начальная школа)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***Вода*** | | |  |
| ***200*** | ***Вода питьевая*** |  | |
| **Итого за Вода** | |  | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Каша кукурузная*** | кКал-280, Бел-8, Жир-10, Угл-40 | |
| ***45*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 45*** | кКал-140, Бел-5, Жир-7, Угл-15 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-453, Бел-13, Жир-17, Угл-64 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Суп картофельный с крупой*** | кКал-171, Бел-6, Жир-8, Угл-20 | |
| ***150*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-98, Бел-4, Жир-3, Угл-13 | |
| ***100*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-245, Бел-18, Жир-15, Угл-9 | |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Напиток ягодный*** | кКал-119, Угл-30 | |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-823, Бел-34, Жир-28, Угл-109 | |
| ***упл полдн*** | | |  |
| ***180*** | ***Макароны с сыром*** | кКал-243, Бел-8, Жир-6, Угл-39 | |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***40*** | ***Помидоры свежие*** | кКал-10, Угл-2 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-333, Бел-10, Жир-6, Угл-60 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 609, Бел-57, Жир-51, Угл-233 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***12.10.2022*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Школа)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***Вода*** | | |  |
| ***200*** | ***Вода питьевая*** |  | |
| **Итого за Вода** | |  | |
| ***завт1смен2*** | | |  |
| ***200*** | ***Каша кукурузная*** | кКал-280, Бел-8, Жир-10, Угл-40 | |
| ***40*** | ***Пряник*** | кКал-140, Бел-3, Жир-2, Угл-28 | |
| ***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-593, Бел-16, Жир-19, Угл-92 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Суп картофельный с крупой*** | кКал-214, Бел-7, Жир-9, Угл-25 | |
| ***180*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-118, Бел-4, Жир-4, Угл-16 | |
| ***120*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-294, Бел-21, Жир-18, Угл-11 | |
| ***200*** | ***Напиток ягодный*** | кКал-119, Угл-30 | |
| ***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-935, Бел-38, Жир-33, Угл-119 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 528, Бел-54, Жир-52, Угл-211 | |
|  |  |  |  |

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

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