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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | ***14.11.2022*** |
|  |  |  |  |
| ***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 пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-268, Бел-8, Жир-10, Угл-36 |
| ***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-441, Бел-13, Жир-17, Угл-60 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Суп уха***  | кКал-93, Бел-2, Жир-3, Угл-14 |
| ***100*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-229, Бел-15, Жир-15, Угл-9 |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 |
| ***150*** | ***Макароны отварные*** | кКал-215, Бел-6, Жир-5, Угл-37 |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 |
| ***50*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-1 |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-814, Бел-30, Жир-28, Угл-107 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***140*** | ***Сырники из творога*** | кКал-347, Бел-9, Жир-12, Угл-37 |
| ***25*** | ***Джем обогащенный фасованный (152317101)*** | кКал-69, Угл-18 |
| ***30*** | ***Батон*** | кКал-71, Бел-2, Угл-15 |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за упл полдн** | кКал-520, Бел-11, Жир-12, Угл-79 |
| **Итого за день** | кКал-1 775, Бел-54, Жир-57, Угл-246 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***14.11.2022*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** |  |
| ***220*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-295, Бел-9, Жир-11, Угл-40 |
| ***90*** | ***Фрукт*** |  |
| ***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 завт1смен2** | кКал-468, Бел-14, Жир-18, Угл-64 |
| ***обед смен2*** |  |
| ***250*** | ***Суп уха***  | кКал-116, Бел-2, Жир-4, Угл-17 |
| ***180*** | ***Макароны отварные*** | кКал-259, Бел-7, Жир-6, Угл-44 |
| ***120*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-274, Бел-18, Жир-18, Угл-11 |
| ***55*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-45, Бел-1, Жир-4, Угл-2 |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 |
| **Итого за обед смен2** | кКал-930, Бел-34, Жир-34, Угл-120 |
| **Итого за день** | кКал-1 398, Бел-48, Жир-52, Угл-184 |
|  |  |  |  |

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

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