|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***15.03.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-201, Бел-6, Жир-7, Угл-27 | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***180*** | ***Кофейный напиток с молоком*** | кКал-97, Бел-3, Жир-3, Угл-15 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-385, Бел-11, Жир-14, Угл-53 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Суп картофельный с макаронными изделиями*** | кКал-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12 | |
| ***120*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-79, Бел-3, Жир-3, Угл-11 | |
| ***60*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-147, Бел-11, Жир-9, Угл-5 | |
| ***150*** | ***Кисель*** | кКал-53, Угл-13 | |
| ***36*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-90, Бел-3, Угл-18 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-444, Бел-19, Жир-14, Угл-59 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***40*** | ***Печенье*** | кКал-180, Бел-8, Жир-5, Угл-26 | |
| ***180*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-104, Бел-5, Жир-6, Угл-8 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-284, Бел-13, Жир-11, Угл-34 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***110*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-111, Бел-2, Жир-4, Угл-16 | |
| ***60*** | ***Тефтели рыбные паровые 1-3 года*** | кКал-490, Бел-23, Жир-14, Угл-67 | |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-678, Бел-27, Жир-18, Угл-101 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 837, Бел-70, Жир-57, Угл-259 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***15.03.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-242, Бел-8, Жир-9, Угл-33 | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***200*** | ***Кофейный напиток с молоком*** | кКал-107, Бел-3, Жир-4, Угл-16 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-436, Бел-13, Жир-17, Угл-60 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Суп картофельный с макаронными изделиями*** | кКал-90, Бел-2, Жир-3, Угл-15 | |
| ***150*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-98, Бел-4, Жир-3, Угл-13 | |
| ***70*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-171, Бел-12, Жир-11, Угл-6 | |
| ***180*** | ***Кисель*** | кКал-63, Угл-16 | |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-113, Бел-3, Угл-23 | |
| ***50*** | ***Салат из свежих овощей*** | кКал-52, Жир-4, Угл-3 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-587, Бел-21, Жир-21, Угл-76 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***200*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-116, Бел-6, Жир-6, Угл-9 | |
| ***50*** | ***Батон с джемом*** | кКал-130, Бел-1, Угл-32 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-246, Бел-7, Жир-6, Угл-41 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***130*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-131, Бел-3, Жир-4, Угл-19 | |
| ***80*** | ***Тефтели рыбные паровые 1-3 года*** | кКал-654, Бел-30, Жир-19, Угл-89 | |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-862, Бел-35, Жир-23, Угл-126 | |
| **Итого за день** | | кКал-2 177, Бел-76, Жир-67, Угл-315 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***15.03.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 | |
| ***200*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-268, Бел-8, Жир-10, Угл-36 | |
| ***100*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-405, Бел-10, Жир-14, Угл-60 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Суп картофельный с макаронными изделиями*** | кКал-100, Бел-2, Жир-3, Угл-16 | |
| ***60*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-39, Бел-1, Жир-1, Угл-5 | |
| ***90*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-220, Бел-16, Жир-14, Угл-8 | |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 | |
| ***200*** | ***Сок*** | кКал-92, Угл-23 | |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-761, Бел-28, Жир-21, Угл-113 | |
| ***упл полдн*** | | |  |
| ***160*** | ***Блинчики*** | кКал-231, Бел-5, Жир-10, Угл-30 | |
| ***120*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***25*** | ***Джем обогащенный фасованный (152317101)*** | кКал-69, Угл-18 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-333, Бел-5, Жир-10, Угл-57 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 499, Бел-43, Жир-45, Угл-230 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***15.03.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***160*** | ***Блинчики*** | кКал-231, Бел-5, Жир-10, Угл-30 | |
| ***25*** | ***Джем обогащенный фасованный (152317101)*** | кКал-69, Угл-18 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***115*** | ***Йогурт*** | кКал-71, Бел-3, Жир-2, Угл-10 | |
| ***120*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за завт1смен2** | | кКал-404, Бел-8, Жир-12, Угл-67 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Суп картофельный с макаронными изделиями*** | кКал-125, Бел-3, Жир-3, Угл-20 | |
| ***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*** | ***Компот из сушеных фруктов*** | кКал-84, Угл-21 | |
| ***80*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-224, Бел-7, Жир-3, Угл-42 | |
| ***40*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-100, Бел-3, Угл-20 | |
| **Итого за обед смен2** | | кКал-945, Бел-38, Жир-28, Угл-130 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 349, Бел-46, Жир-40, Угл-197 | |
|  |  |  |  |

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

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