|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***18.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***100*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-249, Бел-20, Жир-13, Угл-14 | |
| ***25*** | ***Сгущенное молоко*** |  | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| ***90*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-366, Бел-22, Жир-17, Угл-33 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Суп-пюре из кабачков*** | кКал-95, Бел-3, Жир-5, Угл-11 | |
| ***110*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-111, Бел-2, Жир-4, Угл-16 | |
| ***60*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-189, Бел-7, Жир-16, Угл-5 | |
| ***36*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-90, Бел-3, Угл-18 | |
| ***150*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-35, Угл-7 | |
| ***40*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-6, Угл-1 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-526, Бел-15, Жир-25, Угл-58 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***150*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-84, Бел-4, Жир-5, Угл-6 | |
| ***35*** | ***Печенье*** | кКал-158, Бел-7, Жир-4, Угл-23 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-242, Бел-11, Жир-9, Угл-29 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***180*** | ***Каша пшеничная с маслом и сахаром*** | кКал-162, Бел-4, Жир-4, Угл-27 | |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-239, Бел-6, Жир-4, Угл-45 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 419, Бел-54, Жир-55, Угл-177 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***18.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***120*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-299, Бел-24, Жир-15, Угл-16 | |
| ***25*** | ***Сгущенное молоко*** |  | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***90*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-419, Бел-26, Жир-19, Угл-36 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Суп-пюре из кабачков*** | кКал-106, Бел-3, Жир-5, Угл-12 | |
| ***130*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-131, Бел-3, Жир-4, Угл-19 | |
| ***80*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-252, Бел-10, Жир-21, Угл-7 | |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-113, Бел-3, Угл-23 | |
| ***180*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-41, Угл-9 | |
| ***50*** | ***Капуста квашеная с маслом*** | кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-1 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-684, Бел-20, Жир-33, Угл-71 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***190*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-106, Бел-6, Жир-6, Угл-8 | |
| ***35*** | ***Печенье*** | кКал-158, Бел-7, Жир-4, Угл-23 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-264, Бел-13, Жир-10, Угл-31 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***200*** | ***Каша пшеничная с маслом и сахаром*** | кКал-180, Бел-4, Жир-5, Угл-30 | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-257, Бел-6, Жир-5, Угл-48 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 670, Бел-65, Жир-67, Угл-198 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***18.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***140*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-349, Бел-27, Жир-18, Угл-19 | |
| ***25*** | ***Сгущенное молоко*** |  | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***120*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-486, Бел-29, Жир-22, Угл-43 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Суп-пюре из кабачков*** | кКал-106, Бел-3, Жир-5, Угл-12 | |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 | |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 | |
| ***100*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-315, Бел-12, Жир-26, Угл-9 | |
| ***70*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-196, Бел-6, Жир-2, Угл-37 | |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 | |
| ***60*** | ***Капуста квашеная с маслом*** | кКал-49, Бел-1, Жир-4, Угл-2 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-1 033, Бел-30, Жир-43, Угл-125 | |
| ***упл полдн*** | | |  |
| ***40*** | ***Пряник*** | кКал-140, Бел-3, Жир-2, Угл-28 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***200*** | ***Каша пшеничная с маслом и сахаром*** | кКал-180, Бел-4, Жир-5, Угл-30 | |
| ***40*** | ***Батон*** | кКал-94, Бел-3, Угл-19 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-447, Бел-10, Жир-7, Угл-86 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 966, Бел-69, Жир-72, Угл-254 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***18.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***140*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-349, Бел-27, Жир-18, Угл-19 | |
| ***170*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***25*** | ***Сгущенное молоко*** |  | |
| **Итого за завт1смен2** | | кКал-486, Бел-29, Жир-22, Угл-43 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Суп-пюре из кабачков*** | кКал-132, Бел-4, Жир-7, Угл-15 | |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 | |
| ***120*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-378, Бел-14, Жир-31, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 | |
| ***50*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-125, Бел-4, Жир-1, Угл-25 | |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 | |
| ***100*** | ***Капуста квашеная с маслом*** | кКал-81, Бел-2, Жир-7, Угл-3 | |
| **Итого за обед смен2** | | кКал-1 083, Бел-32, Жир-54, Угл-116 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 569, Бел-61, Жир-76, Угл-159 | |
|  |  |  |  |

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

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