|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *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 |
|  |  |  |  |

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

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