|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***22.05.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-189, Бел-6, Жир-7, Угл-25 | |
| ***35*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 35*** | кКал-115, Бел-4, Жир-6, Угл-10 | |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-334, Бел-10, Жир-13, Угл-43 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Напиток витаминный (лимон)*** | кКал-39, Угл-10 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-39, Угл-10 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Щи из свежей капусты*** | кКал-110, Бел-3, Жир-5, Угл-12 | |
| ***110*** | ***Макаронные изделия отварные с маслом*** | кКал-173, Бел-6, Жир-4, Угл-28 | |
| ***36*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-90, Бел-3, Угл-18 | |
| ***150*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-84, Бел-1, Угл-19 | |
| ***40*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-6, Угл-1 | |
| ***60*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-189, Бел-7, Жир-16, Угл-5 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-652, Бел-20, Жир-25, Угл-83 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***35*** | ***Пряник*** | кКал-123, Бел-2, Жир-2, Угл-25 | |
| ***180*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-101, Бел-5, Жир-6, Угл-7 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-224, Бел-7, Жир-8, Угл-32 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***60*** | ***Фрикадельки рыбные 1*** | кКал-67, Бел-11, Жир-2, Угл-1 | |
| ***110*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-111, Бел-2, Жир-4, Угл-16 | |
| ***150*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-25, Угл-6 | |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-203, Бел-13, Жир-6, Угл-23 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 452, Бел-50, Жир-52, Угл-191 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***22.05.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-252, Бел-8, Жир-10, Угл-33 | |
| ***35*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 35*** | кКал-115, Бел-4, Жир-6, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-400, Бел-12, Жир-16, Угл-52 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Напиток витаминный (лимон)*** | кКал-39, Угл-10 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-39, Угл-10 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Щи из свежей капусты*** | кКал-132, Бел-3, Жир-7, Угл-15 | |
| ***130*** | ***Макаронные изделия отварные с маслом*** | кКал-204, Бел-7, Жир-5, Угл-33 | |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-113, Бел-3, Угл-23 | |
| ***180*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-100, Бел-1, Угл-23 | |
| ***70*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-221, Бел-8, Жир-18, Угл-6 | |
| ***40*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-6, Угл-1 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-776, Бел-22, Жир-30, Угл-101 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***35*** | ***Пряник*** | кКал-123, Бел-2, Жир-2, Угл-25 | |
| ***200*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-112, Бел-6, Жир-6, Угл-8 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-235, Бел-8, Жир-8, Угл-33 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***80*** | ***Фрикадельки рыбные 1*** | кКал-89, Бел-14, Жир-3, Угл-1 | |
| ***130*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-131, Бел-3, Жир-4, Угл-19 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-253, Бел-17, Жир-7, Угл-29 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 703, Бел-59, Жир-61, Угл-225 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***22.05.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***200*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-252, Бел-8, Жир-10, Угл-33 | |
| ***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-425, Бел-13, Жир-17, Угл-57 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Щи из свежей капусты*** | кКал-147, Бел-4, Жир-7, Угл-16 | |
| ***150*** | ***Макаронные изделия отварные с маслом*** | кКал-236, Бел-8, Жир-6, Угл-38 | |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 | |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 | |
| ***40*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-6, Угл-1 | |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-112, Бел-3, Жир-1, Угл-21 | |
| ***90*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-284, Бел-11, Жир-23, Угл-8 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-946, Бел-29, Жир-37, Угл-119 | |
| ***упл полдн*** | | |  |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 | |
| ***70*** | ***Сельдь*** | кКал-101, Бел-12, Жир-6 | |
| ***30*** | ***Батон*** | кКал-71, Бел-2, Угл-15 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***40*** | ***Пряник*** | кКал-140, Бел-3, Жир-2, Угл-28 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-496, Бел-20, Жир-13, Угл-74 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 867, Бел-62, Жир-67, Угл-250 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***22.05.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***220*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-277, Бел-8, Жир-11, Угл-37 | |
| ***100*** | ***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-450, Бел-13, Жир-18, Угл-61 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Щи из свежей капусты*** | кКал-183, Бел-4, Жир-9, Угл-20 | |
| ***180*** | ***Макаронные изделия отварные с маслом*** | кКал-283, Бел-10, Жир-7, Угл-45 | |
| ***40*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-6, Угл-1 | |
| ***110*** | ***Котлеты, биточки, шницели рубленые*** | кКал-347, Бел-13, Жир-28, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 | |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 | |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-112, Бел-3, Жир-1, Угл-21 | |
| **Итого за обед смен2** | | кКал-1 092, Бел-33, Жир-45, Угл-132 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 542, Бел-46, Жир-63, Угл-193 | |
|  |  |  |  |

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

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