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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | ***23.12.2022*** |
|  |  |  |  |
| ***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 манная с маслом и сахаром*** | кКал-252, Бел-8, Жир-10, Угл-33 |
| ***20*** | ***Яйцо отварное*** | кКал-1 |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-390, Бел-10, Жир-14, Угл-57 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Суп-лапша***  | кКал-141, Бел-8, Жир-7, Угл-11 |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 |
| ***100*** | ***Шницель куриный*** | кКал-400, Бел-26, Жир-29, Угл-9 |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-112, Бел-3, Жир-1, Угл-21 |
| ***40*** | ***Свекла тушеная*** | кКал-35, Бел-1, Жир-2, Угл-5 |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-1 000, Бел-44, Жир-44, Угл-103 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***180*** | ***Блинчики с натуральной фруктовой начинкой (с ягодами) из п-ф промышленного пр.*** | кКал-394, Бел-9, Жир-18, Угл-49 |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за упл полдн** | кКал-427, Бел-9, Жир-18, Угл-58 |
| **Итого за день** | кКал-1 817, Бел-63, Жир-76, Угл-218 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***23.12.2022*** |
|  |  |  |  |
| ***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 манная с маслом и сахаром*** | кКал-277, Бел-8, Жир-11, Угл-37 |
| ***30*** | ***Батон*** | кКал-71, Бел-2, Угл-15 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***40*** | ***Булочка готовая*** | кКал-123, Бел-4, Жир-3, Угл-21 |
| **Итого за завт1смен2** | кКал-504, Бел-14, Жир-14, Угл-82 |
| ***обед смен2*** |  |
| ***250*** | ***Суп-лапша***  | кКал-176, Бел-10, Жир-9, Угл-13 |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 |
| ***120*** | ***Шницель куриный*** | кКал-480, Бел-31, Жир-34, Угл-11 |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-112, Бел-3, Жир-1, Угл-21 |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 |
| ***40*** | ***Свекла тушеная*** | кКал-35, Бел-1, Жир-2, Угл-5 |
| **Итого за обед смен2** | кКал-1 145, Бел-52, Жир-52, Угл-112 |
| **Итого за день** | кКал-1 649, Бел-66, Жир-66, Угл-194 |
|  |  |  |  |

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

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