|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***24.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Каша рисовая с маслом и сахаром*** | кКал-192, Бел-5, Жир-8, Угл-26 | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***180*** | ***Чай с молоком*** | кКал-86, Бел-3, Жир-3, Угл-13 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-365, Бел-10, Жир-15, Угл-50 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Суп картофельный с бобовыми*** | кКал-84, Бел-4, Жир-5, Угл-6 | |
| ***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*** | ***Тефтели мясные (1-й вариант)*** | кКал-145, Бел-10, Жир-9, Угл-6 | |
| ***60*** | ***Соус томатный*** | кКал-16, Угл-3 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-598, Бел-24, Жир-18, Угл-81 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***40*** | ***Пряник*** | кКал-140, Бел-3, Жир-2, Угл-28 | |
| ***180*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-104, Бел-5, Жир-6, Угл-8 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-244, Бел-8, Жир-8, Угл-36 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***60*** | ***Котлеты рыбные любительские*** | кКал-98, Бел-15, Жир-3, Угл-4 | |
| ***130*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-131, Бел-3, Жир-4, Угл-19 | |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-259, Бел-18, Жир-7, Угл-31 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 512, Бел-60, Жир-48, Угл-210 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***24.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Каша рисовая с маслом и сахаром*** | кКал-256, Бел-7, Жир-10, Угл-35 | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***200*** | ***Чай с молоком*** | кКал-96, Бел-3, Жир-3, Угл-15 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-439, Бел-12, Жир-17, Угл-61 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-46, Угл-12 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Суп картофельный с бобовыми*** | кКал-101, Бел-4, Жир-6, Угл-7 | |
| ***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 | |
| ***80*** | ***Тефтели мясные (1-й вариант)*** | кКал-193, Бел-13, Жир-12, Угл-9 | |
| ***60*** | ***Соус томатный*** | кКал-16, Угл-3 | |
| ***60*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-8, Угл-2 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-735, Бел-28, Жир-23, Угл-100 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***40*** | ***Пряник*** | кКал-140, Бел-3, Жир-2, Угл-28 | |
| ***200*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-116, Бел-6, Жир-6, Угл-9 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-256, Бел-9, Жир-8, Угл-37 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***80*** | ***Котлеты рыбные любительские*** | кКал-131, Бел-20, Жир-4, Угл-5 | |
| ***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-295, Бел-23, Жир-8, Угл-33 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 771, Бел-72, Жир-56, Угл-243 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***24.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***200*** | ***Каша рисовая с маслом и сахаром*** | кКал-256, Бел-7, Жир-10, Угл-35 | |
| ***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-429, Бел-12, Жир-17, Угл-59 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Суп картофельный с бобовыми*** | кКал-112, Бел-5, Жир-7, Угл-7 | |
| ***150*** | ***Макаронные изделия отварные с маслом*** | кКал-236, Бел-8, Жир-6, Угл-38 | |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 | |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 | |
| ***60*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-8, Угл-2 | |
| ***80*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-224, Бел-7, Жир-3, Угл-42 | |
| ***90*** | ***Тефтели мясные (1-й вариант)*** | кКал-217, Бел-15, Жир-13, Угл-10 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-1 078, Бел-41, Жир-30, Угл-158 | |
| ***упл полдн*** | | |  |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 | |
| ***75*** | ***Сельдь*** | кКал-109, Бел-13, Жир-6 | |
| ***40*** | ***Батон*** | кКал-94, Бел-3, Угл-19 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***40*** | ***Пряник*** | кКал-140, Бел-3, Жир-2, Угл-28 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-527, Бел-22, Жир-13, Угл-78 | |
| **Итого за день** | | кКал-2 034, Бел-75, Жир-60, Угл-295 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***24.04.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | | |  |
| ***220*** | ***Каша рисовая с маслом и сахаром*** | кКал-282, Бел-7, Жир-11, Угл-38 | |
| ***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-455, Бел-12, Жир-18, Угл-62 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Суп картофельный с бобовыми*** | кКал-140, Бел-6, Жир-9, Угл-9 | |
| ***180*** | ***Макаронные изделия отварные с маслом*** | кКал-283, Бел-10, Жир-7, Угл-45 | |
| ***60*** | ***Соус томатный*** | кКал-16, Угл-3 | |
| ***110*** | ***Тефтели мясные (1-й вариант)*** | кКал-265, Бел-18, Жир-16, Угл-12 | |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 | |
| ***50*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-125, Бел-4, Жир-1, Угл-25 | |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 | |
| **Итого за обед смен2** | | кКал-1 080, Бел-43, Жир-35, Угл-146 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 535, Бел-55, Жир-53, Угл-208 | |
|  |  |  |  |

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

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