|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***25.04.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***90*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-224, Бел-18, Жир-11, Угл-12 |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| ***40*** | ***Салат из моркови*** | кКал-39, Бел-1, Жир-2, Угл-5 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-454, Бел-23, Жир-18, Угл-50 |
| ***завтрак 2*** |  |
| ***100*** | ***Напиток витаминный (лимон)*** | кКал-39, Угл-10 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-39, Угл-10 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***150*** | ***Суп с яйцом на бульоне***  | кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-3 |
| ***110*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-111, Бел-2, Жир-4, Угл-16 |
| ***60*** | ***Колбаски мясные*** | кКал-50, Бел-5, Жир-3, Угл-1 |
| ***150*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-35, Угл-7 |
| ***40*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-6, Угл-1 |
| ***38*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-95, Бел-3, Угл-19 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-338, Бел-11, Жир-10, Угл-47 |
| ***полдник*** |  |
| ***40*** | ***Булочка готовая*** | кКал-123, Бел-4, Жир-3, Угл-21 |
| ***160*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-90, Бел-5, Жир-5, Угл-6 |
| **Итого за полдник** | кКал-213, Бел-9, Жир-8, Угл-27 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***150*** | ***Каша пшеничная с маслом и сахаром*** | кКал-135, Бел-3, Жир-4, Угл-23 |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| ***20*** | ***Яйцо отварное*** | кКал-31, Бел-3, Жир-2 |
| ***60*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-243, Бел-8, Жир-6, Угл-41 |
| **Итого за день** | кКал-1 287, Бел-51, Жир-42, Угл-175 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***25.04.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-493, Бел-28, Жир-20, Угл-50 |
| ***завтрак 2*** |  |
| ***100*** | ***Напиток витаминный (лимон)*** | кКал-39, Угл-10 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-39, Угл-10 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***180*** | ***Суп с яйцом на бульоне***  | кКал-49, Бел-1, Жир-3, Угл-3 |
| ***130*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-131, Бел-3, Жир-4, Угл-19 |
| ***80*** | ***Колбаски мясные*** | кКал-67, Бел-7, Жир-4, Угл-1 |
| ***180*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-41, Угл-9 |
| ***60*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-8, Угл-2 |
| ***47*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-118, Бел-4, Угл-24 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-414, Бел-15, Жир-11, Угл-58 |
| ***полдник*** |  |
| ***60*** | ***Булочка готовая*** | кКал-184, Бел-5, Жир-4, Угл-31 |
| ***190*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-106, Бел-6, Жир-6, Угл-8 |
| **Итого за полдник** | кКал-290, Бел-11, Жир-10, Угл-39 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***180*** | ***Каша пшеничная с маслом и сахаром*** | кКал-162, Бел-4, Жир-4, Угл-27 |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***20*** | ***Яйцо отварное*** | кКал-31, Бел-3, Жир-2 |
| ***60*** | ***Фрукт*** |  |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-273, Бел-9, Жир-6, Угл-46 |
| **Итого за день** | кКал-1 509, Бел-63, Жир-47, Угл-203 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***25.04.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| ***120*** | ***Фрукт*** |  |
| ***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-560, Бел-31, Жир-23, Угл-57 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Суп с яйцом на бульоне***  | кКал-55, Бел-2, Жир-4, Угл-3 |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 |
| ***100*** | ***Колбаски мясные*** | кКал-84, Бел-8, Жир-5, Угл-1 |
| ***200*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | кКал-46, Угл-9 |
| ***70*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-196, Бел-6, Жир-2, Угл-37 |
| ***70*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-57, Бел-1, Жир-5, Угл-2 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-759, Бел-25, Жир-22, Угл-108 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***200*** | ***Каша пшеничная с маслом и сахаром*** | кКал-180, Бел-4, Жир-5, Угл-30 |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***100*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за упл полдн** | кКал-260, Бел-6, Жир-5, Угл-49 |
| **Итого за день** | кКал-1 579, Бел-62, Жир-50, Угл-214 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***25.04.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Школа)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен2*** |  |
| ***140*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-349, Бел-27, Жир-18, Угл-19 |
| ***25*** | ***Сгущенное молоко*** |  |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***150*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за завт1смен2** | кКал-486, Бел-29, Жир-22, Угл-43 |
| ***обед смен2*** |  |
| ***250*** | ***Суп с яйцом на бульоне***  | кКал-68, Бел-2, Жир-5, Угл-4 |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 |
| ***120*** | ***Колбаски мясные*** | кКал-101, Бел-10, Жир-6, Угл-1 |
| ***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-742, Бел-26, Жир-27, Угл-96 |
| **Итого за день** | кКал-1 228, Бел-55, Жир-49, Угл-139 |
|  |  |  |  |

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

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