|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***27.01.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Каша гречневая с маслом и сахаром*** | кКал-258, Бел-8, Жир-9, Угл-35 | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***180*** | ***Кофейный напиток с молоком*** | кКал-97, Бел-3, Жир-3, Угл-15 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-442, Бел-13, Жир-16, Угл-61 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Напиток витаминный (лимон)*** | кКал-39, Угл-10 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-39, Угл-10 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Суп уха*** | кКал-83, Бел-2, Жир-3, Угл-12 | |
| ***110*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-111, Бел-2, Жир-4, Угл-16 | |
| ***60*** | ***Шницель куриный*** | кКал-240, Бел-16, Жир-17, Угл-6 | |
| ***150*** | ***Компот из сушеных фруктов*** | кКал-63, Угл-16 | |
| ***36*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-90, Бел-3, Угл-18 | |
| ***40*** | ***Помидоры свежие*** | кКал-10, Угл-2 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-597, Бел-23, Жир-24, Угл-70 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***40*** | ***Батон*** | кКал-94, Бел-3, Угл-19 | |
| ***150*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-87, Бел-4, Жир-5, Угл-7 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-181, Бел-7, Жир-5, Угл-26 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***150*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-25, Угл-7 | |
| ***115*** | ***Йогурт*** | кКал-71, Бел-3, Жир-2, Угл-10 | |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***80*** | ***Кекс "Детский"*** | кКал-327, Бел-5, Жир-15, Угл-43 | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-423, Бел-8, Жир-17, Угл-60 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 682, Бел-51, Жир-62, Угл-227 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***27.01.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Каша гречневая с маслом и сахаром*** | кКал-310, Бел-10, Жир-11, Угл-42 | |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 | |
| ***200*** | ***Кофейный напиток с молоком*** | кКал-107, Бел-3, Жир-4, Угл-16 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-504, Бел-15, Жир-19, Угл-69 | |
| ***завтрак 2*** | | |  |
| ***100*** | ***Напиток витаминный (лимон)*** | кКал-39, Угл-10 | |
| **Итого за завтрак 2** | | кКал-39, Угл-10 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Суп уха*** | кКал-83, Бел-2, Жир-3, Угл-12 | |
| ***130*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-131, Бел-3, Жир-4, Угл-19 | |
| ***80*** | ***Шницель куриный*** | кКал-320, Бел-21, Жир-23, Угл-8 | |
| ***180*** | ***Компот из сушеных фруктов*** | кКал-75, Угл-19 | |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-113, Бел-3, Угл-23 | |
| ***60*** | ***Помидоры свежие*** | кКал-14, Бел-1, Угл-2 | |
| ***25*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-70, Бел-2, Жир-1, Угл-13 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-806, Бел-32, Жир-31, Угл-96 | |
| ***полдник*** | | |  |
| ***40*** | ***Батон*** | кКал-94, Бел-3, Угл-19 | |
| ***190*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-110, Бел-5, Жир-6, Угл-9 | |
| **Итого за полдник** | | кКал-204, Бел-8, Жир-6, Угл-28 | |
| ***ужин смен1*** | | |  |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 | |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***80*** | ***Кекс "Детский"*** | кКал-327, Бел-5, Жир-15, Угл-43 | |
| ***115*** | ***Йогурт*** | кКал-71, Бел-3, Жир-2, Угл-10 | |
| **Итого за ужин смен1** | | кКал-428, Бел-8, Жир-17, Угл-61 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 981, Бел-63, Жир-73, Угл-264 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***27.01.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Начальная школа)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Каша гречневая с маслом и сахаром*** | кКал-344, Бел-11, Жир-12, Угл-47 | |
| ***55*** | ***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 завт1смен1** | | кКал-517, Бел-16, Жир-19, Угл-71 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Суп уха*** | кКал-93, Бел-2, Жир-3, Угл-14 | |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 | |
| ***100*** | ***Шницель куриный*** | кКал-400, Бел-26, Жир-29, Угл-9 | |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 | |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-112, Бел-3, Жир-1, Угл-21 | |
| ***200*** | ***Компот из сушеных фруктов*** | кКал-84, Угл-21 | |
| ***70*** | ***Капуста квашеная с маслом*** | кКал-57, Бел-1, Жир-5, Угл-2 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-1 067, Бел-40, Жир-44, Угл-123 | |
| ***упл полдн*** | | |  |
| ***140*** | ***Кекс "Детский"*** | кКал-571, Бел-8, Жир-27, Угл-75 | |
| ***60*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***200*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-112, Бел-6, Жир-6, Угл-8 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-683, Бел-14, Жир-33, Угл-83 | |
| **Итого за день** | | кКал-2 267, Бел-70, Жир-96, Угл-277 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***27.01.2023*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Школа)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен2*** | | |  |
| ***220*** | ***Каша гречневая с маслом и сахаром*** | кКал-378, Бел-12, Жир-13, Угл-52 | |
| ***45*** | ***Бутерброд с маслом и сыром 45*** | кКал-140, Бел-5, Жир-7, Угл-15 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***110*** | ***Фрукт*** |  | |
| **Итого за завт1смен2** | | кКал-551, Бел-17, Жир-20, Угл-76 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Суп уха*** | кКал-116, Бел-2, Жир-4, Угл-17 | |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 | |
| ***120*** | ***Шницель куриный*** | кКал-480, Бел-31, Жир-34, Угл-11 | |
| ***200*** | ***Компот из сушеных фруктов*** | кКал-84, Угл-21 | |
| ***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-1 207, Бел-47, Жир-54, Угл-131 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 758, Бел-64, Жир-74, Угл-207 | |
|  |  |  |  |

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

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