|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***28.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***100*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-249, Бел-20, Жир-13, Угл-14 |
| ***25*** | ***Джем обогащенный фасованный (152317101)*** | кКал-69, Угл-18 |
| ***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 |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-491, Бел-25, Жир-20, Угл-56 |
| ***завтрак 2*** |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-46, Угл-12 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***150*** | ***Борщ с капустой и картофелем*** | кКал-64, Бел-1, Жир-3, Угл-8 |
| ***150*** | ***Плов из говядины*** | кКал-282, Бел-12, Жир-12, Угл-30 |
| ***40*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-6, Угл-1 |
| ***120*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-67, Бел-1, Угл-15 |
| ***38*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-95, Бел-3, Угл-19 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-514, Бел-17, Жир-15, Угл-73 |
| ***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*** | ***Суп молочный с изделиями макаронными*** | кКал-188, Бел-6, Жир-8, Угл-24 |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-265, Бел-8, Жир-8, Угл-42 |
| **Итого за день** | кКал-1 529, Бел-59, Жир-51, Угл-210 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***28.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** | ***Джем обогащенный фасованный (152317101)*** | кКал-69, Угл-18 |
| ***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 |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-551, Бел-29, Жир-22, Угл-60 |
| ***завтрак 2*** |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-46, Угл-12 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***180*** | ***Борщ с капустой и картофелем*** | кКал-76, Бел-1, Жир-4, Угл-9 |
| ***180*** | ***Плов из говядины*** | кКал-338, Бел-15, Жир-15, Угл-36 |
| ***50*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-7, Угл-1 |
| ***180*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-100, Бел-1, Угл-23 |
| ***47*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-118, Бел-4, Угл-24 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-639, Бел-21, Жир-19, Угл-93 |
| ***полдник*** |  |
| ***40*** | ***Булочка готовая*** | кКал-123, Бел-4, Жир-3, Угл-21 |
| ***190*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-106, Бел-6, Жир-6, Угл-8 |
| **Итого за полдник** | кКал-229, Бел-10, Жир-9, Угл-29 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***180*** | ***Суп молочный с изделиями макаронными*** | кКал-226, Бел-7, Жир-9, Угл-29 |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-303, Бел-9, Жир-9, Угл-47 |
| **Итого за день** | кКал-1 768, Бел-69, Жир-59, Угл-241 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***28.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** | ***Джем обогащенный фасованный (152317101)*** | кКал-69, Угл-18 |
| ***150*** | ***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-555, Бел-29, Жир-22, Угл-61 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Борщ с капустой и картофелем*** | кКал-85, Бел-2, Жир-4, Угл-10 |
| ***200*** | ***Плов из говядины*** | кКал-376, Бел-16, Жир-17, Угл-40 |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 |
| ***50*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-7, Угл-1 |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 |
| ***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-1 002, Бел-31, Жир-29, Угл-149 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***200*** | ***Суп молочный с изделиями макаронными*** | кКал-251, Бел-7, Жир-10, Угл-32 |
| ***30*** | ***Батон*** | кКал-71, Бел-2, Угл-15 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***100*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за упл полдн** | кКал-355, Бел-9, Жир-10, Угл-56 |
| **Итого за день** | кКал-1 912, Бел-69, Жир-61, Угл-266 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***28.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** | ***Джем обогащенный фасованный (152317101)*** | кКал-69, Угл-18 |
| ***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-555, Бел-29, Жир-22, Угл-61 |
| ***обед смен2*** |  |
| ***250*** | ***Борщ с капустой и картофелем*** | кКал-106, Бел-2, Жир-5, Угл-13 |
| ***200*** | ***Плов из говядины*** | кКал-376, Бел-16, Жир-17, Угл-40 |
| ***50*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-7, Угл-1 |
| ***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-865, Бел-27, Жир-25, Угл-131 |
| **Итого за день** | кКал-1 420, Бел-56, Жир-47, Угл-192 |
|  |  |  |  |

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

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