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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | | ***28.09.2022*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Начальная школа)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен1*** | | |  |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 | |
| ***180*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-242, Бел-8, Жир-9, Угл-33 | |
| ***60*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| **Итого за завт1смен1** | | кКал-379, Бел-10, Жир-13, Угл-57 | |
| ***обед смен1*** | | |  |
| ***200*** | ***Суп-лапша*** | кКал-141, Бел-8, Жир-7, Угл-11 | |
| ***60*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-39, Бел-1, Жир-1, Угл-5 | |
| ***100*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-245, Бел-18, Жир-15, Угл-9 | |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Кисель*** | кКал-70, Угл-18 | |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 | |
| **Итого за обед смен1** | | кКал-685, Бел-33, Жир-25, Угл-80 | |
| ***упл полдн*** | | |  |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 | |
| ***25*** | ***Вафли (152117302)*** | кКал-136, Бел-1, Жир-8, Угл-16 | |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***100*** | ***Котлеты рыбные любительские*** | кКал-164, Бел-25, Жир-4, Угл-6 | |
| **Итого за упл полдн** | | кКал-531, Бел-31, Жир-17, Угл-63 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 595, Бел-74, Жир-55, Угл-200 | |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | | ***28.09.2022*** | |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Школа)*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | |
| ***завт1смен2*** | | |  |
| ***200*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-268, Бел-8, Жир-10, Угл-36 | |
| ***60*** | ***Фрукт*** |  | |
| ***40*** | ***Булочка готовая*** | кКал-123, Бел-4, Жир-3, Угл-21 | |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 | |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 | |
| **Итого за завт1смен2** | | кКал-471, Бел-14, Жир-13, Угл-76 | |
| ***обед смен2*** | | |  |
| ***250*** | ***Суп-лапша*** | кКал-176, Бел-10, Жир-9, Угл-13 | |
| ***180*** | ***Капуста тушеная*** | кКал-118, Бел-4, Жир-4, Угл-16 | |
| ***120*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы*** | кКал-294, Бел-21, Жир-18, Угл-11 | |
| ***200*** | ***Кисель*** | кКал-70, Угл-18 | |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 | |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 | |
| **Итого за обед смен2** | | кКал-848, Бел-41, Жир-33, Угл-95 | |
| **Итого за день** | | кКал-1 319, Бел-55, Жир-46, Угл-171 | |
|  |  |  |  |

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

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