|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***29.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***150*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-201, Бел-6, Жир-7, Угл-27 |
| ***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-385, Бел-11, Жир-14, Угл-53 |
| ***завтрак 2*** |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-46, Угл-12 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***180*** | ***Суп картофельный с крупой*** | кКал-154, Бел-5, Жир-7, Угл-18 |
| ***110*** | ***Капуста тушеная***  | кКал-72, Бел-3, Жир-2, Угл-10 |
| ***60*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы***  | кКал-147, Бел-11, Жир-9, Угл-5 |
| ***150*** | ***Кисель*** | кКал-53, Угл-13 |
| ***36*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-90, Бел-3, Угл-18 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-516, Бел-22, Жир-18, Угл-64 |
| ***полдник*** |  |
| ***150*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-87, Бел-4, Жир-5, Угл-7 |
| ***50*** | ***Вафли (152117302)*** | кКал-271, Бел-2, Жир-15, Угл-31 |
| **Итого за полдник** | кКал-358, Бел-6, Жир-20, Угл-38 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***110*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-111, Бел-2, Жир-4, Угл-16 |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***150*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-25, Угл-6 |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  |
| ***60*** | ***Колбаски мясные*** | кКал-50, Бел-5, Жир-3, Угл-1 |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-233, Бел-9, Жир-7, Угл-33 |
| **Итого за день** | кКал-1 538, Бел-48, Жир-59, Угл-200 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***29.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***180*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-242, Бел-8, Жир-9, Угл-33 |
| ***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-436, Бел-13, Жир-17, Угл-60 |
| ***завтрак 2*** |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-46, Угл-12 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***180*** | ***Суп картофельный с крупой*** | кКал-154, Бел-5, Жир-7, Угл-18 |
| ***130*** | ***Капуста тушеная***  | кКал-85, Бел-3, Жир-3, Угл-12 |
| ***80*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы***  | кКал-196, Бел-14, Жир-12, Угл-7 |
| ***180*** | ***Кисель*** | кКал-63, Угл-16 |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-113, Бел-3, Угл-23 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-611, Бел-25, Жир-22, Угл-76 |
| ***полдник*** |  |
| ***50*** | ***Вафли (152117302)*** | кКал-271, Бел-2, Жир-15, Угл-31 |
| ***200*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-116, Бел-6, Жир-6, Угл-9 |
| **Итого за полдник** | кКал-387, Бел-8, Жир-21, Угл-40 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| ***80*** | ***Фрукт*** |  |
| ***80*** | ***Колбаски мясные*** | кКал-67, Бел-7, Жир-4, Угл-1 |
| ***130*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-131, Бел-3, Жир-4, Угл-19 |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-275, Бел-12, Жир-8, Угл-38 |
| **Итого за день** | кКал-1 755, Бел-58, Жир-68, Угл-226 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***29.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** |  |
| ***200*** | ***Каша пшенная с маслом и сахаром*** | кКал-268, Бел-8, Жир-10, Угл-36 |
| ***70*** | ***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-441, Бел-13, Жир-17, Угл-60 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Суп картофельный с крупой*** | кКал-171, Бел-6, Жир-8, Угл-20 |
| ***150*** | ***Капуста тушеная***  | кКал-98, Бел-4, Жир-3, Угл-13 |
| ***100*** | ***Биточки, шницели, фрикадельки из птицы***  | кКал-245, Бел-18, Жир-15, Угл-9 |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 |
| ***200*** | ***Кисель*** | кКал-70, Угл-18 |
| ***60*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-168, Бел-5, Жир-2, Угл-32 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-922, Бел-38, Жир-29, Угл-126 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 |
| ***80*** | ***Колбаски мясные*** | кКал-67, Бел-7, Жир-4, Угл-1 |
| ***25*** | ***Вафли (152117302)*** | кКал-136, Бел-1, Жир-8, Угл-16 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за упл полдн** | кКал-387, Бел-11, Жир-17, Угл-48 |
| **Итого за день** | кКал-1 750, Бел-62, Жир-63, Угл-234 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***29.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** |  |
| ***200*** | ***Блинчики*** | кКал-288, Бел-7, Жир-13, Угл-37 |
| ***120*** | ***Фрукт*** |  |
| ***25*** | ***Молоко сгущенное*** | кКал-74, Бел-2, Жир-1, Угл-14 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| **Итого за завт1смен2** | кКал-442, Бел-11, Жир-14, Угл-70 |
| ***обед смен2*** |  |
| ***250*** | ***Суп картофельный с крупой*** | кКал-214, Бел-7, Жир-9, Угл-25 |
| ***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 ржаной*** | кКал-125, Бел-4, Жир-1, Угл-25 |
| ***60*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-168, Бел-5, Жир-2, Угл-32 |
| **Итого за обед смен2** | кКал-989, Бел-41, Жир-34, Угл-127 |
| **Итого за день** | кКал-1 431, Бел-52, Жир-48, Угл-197 |
|  |  |  |  |

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

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