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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | ***30.09.2022*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Начальная школа)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***200*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-252, Бел-8, Жир-10, Угл-33 |
| ***50*** | ***Бутерброд с джемом*** | кКал-106, Бел-1, Угл-26 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-391, Бел-9, Жир-10, Угл-68 |
| ***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 |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 |
| ***100*** | ***Тефтели мясные (2 вариант)*** | кКал-371, Бел-14, Жир-19, Угл-36 |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-112, Бел-3, Жир-1, Угл-21 |
| ***60*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-49, Бел-1, Жир-4, Угл-2 |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-899, Бел-26, Жир-33, Угл-119 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***130*** | ***Запеканка творожная*** | кКал-324, Бел-26, Жир-16, Угл-18 |
| ***30*** | ***Батон*** | кКал-71, Бел-2, Угл-15 |
| ***115*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за упл полдн** | кКал-428, Бел-28, Жир-16, Угл-42 |
| **Итого за день** | кКал-1 718, Бел-63, Жир-59, Угл-229 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***30.09.2022*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Школа)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен2*** |  |
| ***220*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-277, Бел-8, Жир-11, Угл-37 |
| ***50*** | ***Бутерброд с джемом*** | кКал-106, Бел-1, Угл-26 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***120*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за завт1смен2** | кКал-416, Бел-9, Жир-11, Угл-72 |
| ***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*** | ***Тефтели мясные (2 вариант)*** | кКал-445, Бел-16, Жир-23, Угл-43 |
| ***20*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-50, Бел-2, Угл-10 |
| ***50*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-140, Бел-4, Жир-2, Угл-27 |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 |
| ***60*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-49, Бел-1, Жир-4, Угл-2 |
| **Итого за обед смен2** | кКал-1 044, Бел-30, Жир-40, Угл-138 |
| **Итого за день** | кКал-1 460, Бел-39, Жир-51, Угл-210 |
|  |  |  |  |

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

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