|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***31.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Ясли )*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***150*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-189, Бел-6, Жир-7, Угл-25 |
| ***25*** | ***Бутерброды с маслом 25*** | кКал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11 |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-306, Бел-8, Жир-11, Угл-44 |
| ***завтрак 2*** |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-46, Угл-12 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***150*** | ***Суп-пюре из гороха*** | кКал-116, Бел-8, Жир-2, Угл-17 |
| ***60*** | ***Шницель рыбный натуральный*** | кКал-321, Бел-23, Жир-12, Угл-30 |
| ***150*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-84, Бел-1, Угл-19 |
| ***40*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-6, Угл-1 |
| ***38*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-95, Бел-3, Угл-19 |
| ***110*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-111, Бел-2, Жир-4, Угл-16 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-733, Бел-37, Жир-18, Угл-102 |
| ***полдник*** |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***180*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-104, Бел-5, Жир-6, Угл-8 |
| **Итого за полдник** | кКал-151, Бел-7, Жир-6, Угл-18 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-30, Угл-8 |
| ***100*** | ***Булочка со сгущенным молоком*** | кКал-211, Бел-5, Жир-7, Угл-32 |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  |
| ***30*** | ***Йогурт*** | кКал-19, Бел-1, Жир-1, Угл-3 |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-260, Бел-6, Жир-8, Угл-43 |
| **Итого за день** | кКал-1 496, Бел-58, Жир-43, Угл-219 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***31.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***Типовая калькуляция (Сад)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***завт1смен1*** |  |
| ***180*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-227, Бел-7, Жир-9, Угл-30 |
| ***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-364, Бел-9, Жир-13, Угл-54 |
| ***завтрак 2*** |  |
| ***100*** | ***Сок*** | кКал-46, Угл-12 |
| **Итого за завтрак 2** | кКал-46, Угл-12 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Суп-пюре из гороха*** | кКал-154, Бел-11, Жир-2, Угл-23 |
| ***80*** | ***Шницель рыбный натуральный*** | кКал-428, Бел-31, Жир-16, Угл-40 |
| ***180*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-100, Бел-1, Угл-23 |
| ***50*** | ***Огурцы свежие*** | кКал-7, Угл-1 |
| ***47*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-118, Бел-4, Угл-24 |
| ***130*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-131, Бел-3, Жир-4, Угл-19 |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-84, Бел-3, Жир-1, Угл-16 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-1 022, Бел-53, Жир-23, Угл-146 |
| ***полдник*** |  |
| ***20*** | ***Батон*** | кКал-47, Бел-2, Угл-10 |
| ***200*** | ***Молоко кипяченое*** | кКал-116, Бел-6, Жир-6, Угл-9 |
| **Итого за полдник** | кКал-163, Бел-8, Жир-6, Угл-19 |
| ***ужин смен1*** |  |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***100*** | ***Булочка со сгущенным молоком*** | кКал-211, Бел-5, Жир-7, Угл-32 |
| ***70*** | ***Фрукт*** |  |
| ***30*** | ***Йогурт*** | кКал-19, Бел-1, Жир-1, Угл-3 |
| **Итого за ужин смен1** | кКал-263, Бел-6, Жир-8, Угл-44 |
| **Итого за день** | кКал-1 858, Бел-76, Жир-50, Угл-275 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***31.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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 манная с маслом и сахаром*** | кКал-252, Бел-8, Жир-10, Угл-33 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 |
| **Итого за завт1смен1** | кКал-389, Бел-10, Жир-14, Угл-57 |
| ***обед смен1*** |  |
| ***200*** | ***Суп-пюре из гороха*** | кКал-154, Бел-11, Жир-2, Угл-23 |
| ***100*** | ***Филе птицы, тушенное с овощами*** | кКал-285, Бел-19, Жир-20, Угл-7 |
| ***70*** | ***Капуста квашеная с маслом***  | кКал-57, Бел-1, Жир-5, Угл-2 |
| ***68*** | ***Хлеб ржаной*** | кКал-170, Бел-5, Жир-1, Угл-34 |
| ***150*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-151, Бел-3, Жир-5, Угл-22 |
| ***80*** | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-224, Бел-7, Жир-3, Угл-42 |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 |
| **Итого за обед смен1** | кКал-1 152, Бел-47, Жир-36, Угл-155 |
| ***упл полдн*** |  |
| ***120*** | ***Блинчики*** | кКал-173, Бел-4, Жир-8, Угл-22 |
| ***120*** | ***Фрукт*** |  |
| ***200*** | ***Кисломолочный напиток*** | кКал-112, Бел-6, Жир-6, Угл-8 |
| **Итого за упл полдн** | кКал-285, Бел-10, Жир-14, Угл-30 |
| **Итого за день** | кКал-1 826, Бел-67, Жир-64, Угл-242 |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| *70* | ***31.03.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** |  |
| ***220*** | ***Каша манная с маслом и сахаром*** | кКал-277, Бел-8, Жир-11, Угл-37 |
| ***35*** | ***Бутерброды с маслом 35*** | кКал-104, Бел-2, Жир-4, Угл-15 |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | кКал-33, Угл-9 |
| ***120*** | ***Фрукт*** |  |
| **Итого за завт1смен2** | кКал-414, Бел-10, Жир-15, Угл-61 |
| ***обед смен2*** |  |
| ***250*** | ***Суп-пюре из гороха*** | кКал-193, Бел-13, Жир-3, Угл-28 |
| ***180*** | ***Картофельное пюре*** | кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27 |
| ***200*** | ***Напиток из ягод*** | кКал-111, Бел-1, Угл-25 |
| ***120*** | ***Филе птицы, тушенное с овощами*** | кКал-342, Бел-23, Жир-24, Угл-8 |
| ***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-1 173, Бел-51, Жир-43, Угл-143 |
| **Итого за день** | кКал-1 587, Бел-61, Жир-58, Угл-204 |
|  |  |  |  |

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

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