



05.12.2024 (четверг)

# Основная калькуляция Школа

Выбор (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
84	Курица отварная Сб 2021	Калорийность-401, Белки-11, Жиры-47, Углеводы-5	69-36
110	Рис отварной Пермь 2021	Калорийность-161, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23	13-42
10	Соус сметанно-маслянный Пермь 2021	Калорийность-42, Жиры-5	10-01
200	Чай с молоком Пермь 2021	Калорийность-81, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	8-82
10	Сыр (порциями) 10 гр сб. 2021 г	Калорийность-70, Белки-5, Жиры-5	11-90
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-20	6-92
<b>Итого за Завтрак 1</b>		Калорийность-853, Белки-24, Жиры-62, Углеводы-64	<b>120-43</b>
<u>Обед</u>			
50	Салат из редиса Пермь 2021	Калорийность-34, Жиры-3, Углеводы-1	15-56
200	Щи из свежей капусты с картофелем (250г) Пермь 2021	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	59-01
140	Запеканка картофельная с мясом Пермь 2021	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-12	86-77
200	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витошка" Пермь 2021	Калорийность-74, Углеводы-19	14-22
55	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-9	6-87
55	Хлеб пшеничный	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	7-61
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-473, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-67	<b>190-04</b>
<u>Полдник</u>			
120	Лепешка Фокаччо с сыром	Калорийность-293, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-15	22-97
200	кисель из яблок №307, сб. 2016г	Калорийность-109, Углеводы-28	19-44
233	Яблоки свежие Пермь 2021	Калорийность-51, Углеводы-11	77-69
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-453, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-54	<b>120-10</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 779, Белки-44, Жиры-84, Углеводы-185	<b>430-57</b>

Директор

Булгакова Е.М.

зав  
производством

мед работник