



# Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак 1</b>			
130	Пудинг из творога (запеченный) Сб 2021	Калорийность-258, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-25	72-53
18	Повидло Пермь 2021	Калорийность-59, Углеводы-12	3-90
200	Кофейный напиток с молоком Пермь 2021	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	16-86
55	Яблоки печеные	Калорийность-71, Углеводы-17	19-14
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-92
<b>Итого за Завтрак 1</b>		Калорийность-594, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-93	<b>120-35</b>
<b>Обед</b>			
50	Салат витаминный №21, сб.2016		9-54
200	Суп с рыбными консервами Пермь 2021	Калорийность-144, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-8	26-76
80	Гуляш из говядины 2022	Калорийность-175, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-3	86-80
137	Овощи, тушеные в соусе Пермь 2021	Калорийность-98, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	42-23
200	Напиток из плодов шиповника Сб 2021	Калорийность-88, Белки-1, Углеводы-21	10-98
55	Хлеб пшеничный	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	7-26
55	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-9	6-60
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-613, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-77	<b>190-17</b>
<b>Полдник</b>			
83	Пирожок печеный с повидлом	Калорийность-232, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-50	28-15
200	Кисель из сока плодового или ягодного	Калорийность-127, Углеводы-32	28-98
190	Яблоки свежие 200 гр Пермь 2021	Калорийность-42, Углеводы-9	62-89
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-401, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-91	<b>120-02</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 608, Белки-50, Жиры-41, Углеводы-261	<b>430-54</b>

Директор

Булгакова Е.М.

зав

мед работник

производством