

Сотласована

Директор школы №13 Маг. Мерлице Е.В.

07.11.2024 (четверг)

Школа № 05

ноября

2024 г.

Исполнитель



Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 1			
84	Курица отварная Сб 2021	Калорийность-401, Белки-11, Жиры-47, Углеводы-5	69-08
120	Рис отварной Пермь 2021	Калорийность-175, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	14-62
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	11-07
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-20	6-60
Итого за Завтрак 1		Калорийность-867, Белки-24, Жиры-62, Углеводы-66	120-20
Обед			
50	Салат из редиса Пермь 2021	Калорийность-34, Жиры-3, Углеводы-1	23-64
200	Щи из свежей капусты с картофелем (250г) Пермь 2021	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	58-47
130	Запеканка картофельная с мясом Пермь 2021	Калорийность-195, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-11	79-85
200	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витошка" Пермь 2021	Калорийность-74, Углеводы-19	14-12
55	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-9	6-60
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-92
Итого за Обед		Калорийность-468, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-68	190-60
Полдник			
120	Лепешка Фокаччо с сыром	Калорийность-293, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-15	22-27
200	кисель из яблок №307, сб.2016г	Калорийность-109, Углеводы-28	19-42
235	Яблоки свежие Пермь 2021	Калорийность-52, Углеводы-12	78-31
Итого за Полдник		Калорийность-454, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-55	120-00
Итого за день		Калорийность-1 789, Белки-44, Жиры-84, Углеводы-189	430-80

Директор

Булгакова Е.М.

 зав
 производством

мед работник