

Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 1			
200	Каша молочная рисовая 2022	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-32	29-41
200	Какао с молоком и витаминами. Пермь 2021	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	27-08
1	Яйцо отварное Пермь 2021	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	13-50
10	Масло сливочное Пермь 2021	Калорийность-66, Жиры-7	15-73
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-92
75	Яблоки печеные	Калорийность-97, Углеводы-23	26-64
Итого за Завтрак 1		Калорийность-718, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-105	120-28
Обед			
50	Салат из моркови с яблоками и курагой Сб 2021	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7	11-82
200	Рассольник Ленинградский Пермь 2021	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	66-44
90	Голубцы ленивые Пермь 2021	Калорийность-156, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-4	53-03
140	Рагу из овощей с кабачками Пермь 2021	Калорийность-101, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-12	34-65
200	Компот из яблок Пермь 2021	Калорийность-46, Углеводы-11	9-59
58	Хлеб пшеничный	Калорийность-114, Белки-4, Углеводы-24	7-65
58	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10	6-96
Итого за Обед		Калорийность-558, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-79	190-14
Полдник			
194	Блинчики Пермь 2021	Калорийность-416, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-37	83-40
205	Кисель из мандаринов Пермь 2021	Калорийность-100, Углеводы-24	36-68
Итого за Полдник		Калорийность-516, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-61	120-08
Итого за день		Калорийность-1 792, Белки-54, Жиры-68, Углеводы-245	430-50

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник