



12.12.2024 (четверг)

Мед. Меркуза Е.В.

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	28-63
200	Какао с молоком и витаминами. Пермь 2021	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	26-25
1	Яйцо отварное Пермь 2021	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	13-50
10	Масло сливочное Пермь 2021	Калорийность-66, Жиры-7	16-17
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	8-28
80	Яблоки печеные	Калорийность-104, Углеводы-24	28-02
Итого за Завтрак 1		Калорийность-725, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-106	120-80
Обед			
50	Салат из моркови с яблоками и курагой Сб 2021	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7	11-94
200	Рассольник Ленинградский Пермь 2021	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	68-42
88	Голубцы ленивые Пермь 2021	Калорийность-152, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-4	53-02
115	Рагу из овощей с кабачками Пермь 2021	Калорийность-83, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-10	32-19
200	Компот из яблок Пермь 2021	Калорийность-46, Углеводы-11	9-74
58	Хлеб пшеничный	Калорийность-114, Белки-4, Углеводы-24	8-90
58	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10	7-27
Итого за Обед		Калорийность-536, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-77	190-58
Полдник			
190	Блинчики Пермь 2021	Калорийность-407, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-36	80-52
207	Кисель из мандаринов Пермь 2021	Калорийность-101, Углеводы-25	39-63
Итого за Полдник		Калорийность-508, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-61	120-15
Итого за день		Калорийность-1 769, Белки-53, Жиры-66, Углеводы-244	431-53

Директор _____

Булгакова Е.М.

производством

Калорийность 82 мед работник