



25.09.2024 (среда)

Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 1			
140	Омлет с зеленым горошком Пермь 2021	Калорийность-181, Белки-7, Жиры-14, Углеводы-28	53-20
170	Кефир	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-7	21-42
200	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витошка" Пермь 2021	Калорийность-74, Углеводы-19	14-12
10	Масло сливочное Пермь 2021	Калорийность-66, Жиры-7	13-83
10	Сыр твердый Пермь 2021	Калорийность-12, Белки-1, Жиры-1	9-76
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-92
Итого за Завтрак 1		Калорийность-536, Белки-17, Жиры-26, Углеводы-79	120-25
Обед			
100	Салат из свеклы с солеными огурцами Пермь 2021	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9	19-58
200	Суп крестьянский с крупой пшеничной Пермь 2021	Калорийность-71, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-7	53-59
167	Жаркое по домашнему из говядины Пермь 2021	Калорийность-295, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-35	84-86
200	Кисель с витаминами "Витошка" Пермь 2021	Калорийность-95, Углеводы-24	16-71
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-92
65	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-11	7-80
Итого за Обед		Калорийность-663, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-111	190-46
Полдник			
145	Яблоки свежие Пермь 2021	Калорийность-32, Углеводы-7	59-57
200	Кисель из апельсинов Пермь 2021	Калорийность-98, Углеводы-24	41-20
80	Пирожок с морковным фаршем Пермь 2021	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-40	19-32
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-71	120-09
Итого за день		Калорийность-1 543, Белки-55, Жиры-67, Углеводы-261	430-80

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник