

23.12.2024 (понедельник)



# 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>			
210	<b>Каша молочная "Дружба" Пермь 2021</b>	Калорийность-195, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47	<b>26-80</b>
30	<b>Сыр твердый Пермь 2021</b>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	<b>35-43</b>
20	<b>Масло сливочное Пермь 2021</b>	Калорийность-132, Жиры-15	<b>32-25</b>
1	<b>Яйцо отварное Пермь 2021</b>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	<b>13-50</b>
200	<b>Чай с сахаром и лимоном Пермь 2021</b>	Калорийность-40, Углеводы-10	<b>4-67</b>
55	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	<b>7-59</b>
<b>Итого за Завтрак 1</b>		Калорийность-574, Белки-15, Жиры-30, Углеводы-80	<b>120-24</b>
<b>Обед</b>			
50	<b>Салат из квашенной капусты Пермь 2021</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	<b>24-78</b>
200	<b>Борщ с фасолью и картофелем Пермь 2021</b>	Калорийность-64, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-24	<b>51-56</b>
100	<b>Бефстроганов из отварной говядины Пермь 2021</b>	Калорийность-202, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-5	<b>78-12</b>
140	<b>макаронные изделия отварные Пермь 2021</b>	Калорийность-172, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-28	<b>12-55</b>
200	<b>Компот из сухофруктов 2022</b>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	<b>9-15</b>
55	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	<b>7-59</b>
55	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-9	<b>6-90</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-703, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-120	<b>190-65</b>
<b>Полдник</b>			
84	<b>Пирожок с мясом и луком Пермь 2021</b>	Калорийность-189, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-25	<b>79-10</b>
200	<b>Кефир</b>	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	<b>30-36</b>
200	<b>Кисель из варенья 2022</b>	Калорийность-114, Углеводы-29	<b>10-57</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-403, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-62	<b>120-03</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 680, Белки-57, Жиры-62, Углеводы-262	<b>430-92</b>

Директор

Булгакова Е.М.

зав

мед работник

Исполнитель  
производством

г. 2024 " 18 " декабря