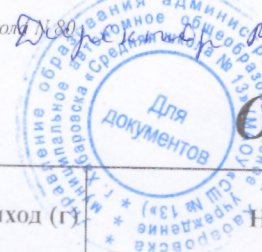


Сонгаева

Школа № 80



ул. Маршала Е. В.

09.01.2025 (четверг)

**Основная калькуляция Школа**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
84	Курица отварная Сб 2021	Калорийность-401, Белки-11, Жиры-47, Углеводы-5	69-37
105	Рис отварной Пермь 2021	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22	12-81
10	Соус сметанно-масляный Пермь 2021	Калорийность-42, Жиры-5	10-01
200	Чай с молоком Пермь 2021	Калорийность-81, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	8-93
10	Сыр (порциями) 10 гр сб. 2021 г	Калорийность-70, Белки-5, Жиры-5	12-49
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-20	6-90
<b>Итого за Завтрак 1</b>		Калорийность-846, Белки-24, Жиры-62, Углеводы-63	<b>120-51</b>
<u>Обед</u>			
50	Салат из редиса Пермь 2021	Калорийность-34, Жиры-3, Углеводы-1	14-64
200	Щи из свежей капусты с картофелем (250г) Пермь 2021	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	59-09
140	Запеканка картофельная с мясом Пермь 2021	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-12	86-86
200	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витошка" Пермь 2021	Калорийность-74, Углеводы-19	14-24
60	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10	7-52
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	8-28
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-483, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-70	<b>190-63</b>
<u>Полдник</u>			
120	Лепешка Фокаччо с сыром	Калорийность-293, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-15	24-15
200	кисель из яблок №307, сб. 2016г	Калорийность-109, Углеводы-28	19-43
230	Яблоки свежие Пермь 2021	Калорийность-51, Углеводы-11	76-69
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-453, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-54	<b>120-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 782, Белки-45, Жиры-84, Углеводы-187	<b>431-41</b>

Директор

Булгакова Е.М.

зав

производством

мед работник