

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>			
200	<i>Каша молочная рисовая 2022</i>	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-32	28-63
200	<i>Какао с молоком и витаминами. Пермь 2021</i>	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	26-25
1	<i>Яйцо отварное Пермь 2021</i>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	13-50
10	<i>Масло сливочное Пермь 2021</i>	Калорийность-66, Жиры-7	16-12
55	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	7-59
80	<i>Яблоки печеные</i>	Калорийность-104, Углеводы-24	28-02
Итого за Завтрак 1		Калорийность-715, Белки-18, Жиры-24, Углеводы-104	120-11
<u>Обед</u>			
50	<i>Салат из моркови с яблоками и курагой Сб 2021</i>	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7	11-98
200	<i>Рассольник Ленинградский Пермь 2021</i>	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	68-48
87	<i>Голубцы ленивые Пермь 2021</i>	Калорийность-151, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-3	52-42
115	<i>Рагу из овощей с кабачками Пермь 2021</i>	Калорийность-83, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-10	32-45
200	<i>Компот из яблок Пермь 2021</i>	Калорийность-46, Углеводы-11	9-74
58	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-114, Белки-4, Углеводы-24	8-00
58	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	Белки-2, Углеводы-10	7-27
Итого за Обед		Калорийность-535, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-76	190-34
<u>Полдник</u>			
190	<i>Блинчики Пермь 2021</i>	Калорийность-407, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-36	80-64
207	<i>Кисель из мандаринов Пермь 2021</i>	Калорийность-101, Углеводы-25	39-62
Итого за Полдник		Калорийность-508, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-61	120-26
Итого за день		Калорийность-1 758, Белки-52, Жиры-66, Углеводы-241	430-71

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник