

Семаева

Школа № 88

27.01.2025 (понедельник)

Директор *Маршова Е.В.***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	Каша молочная "Дружба" Пермь 2021	Калорийность-186, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-45	26-55
30	Сыр твердый Пермь 2021	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	35-44
20	Масло сливочное Пермь 2021	Калорийность-132, Жиры-15	32-25
1	Яйцо отварное Пермь 2021	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	13-50
200	Чай с сахаром и лимоном Пермь 2021	Калорийность-40, Углеводы-10	4-57
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	8-28
Итого за Завтрак 1		Калорийность-575, Белки-16, Жиры-29, Углеводы-80	120-59
<u>Обед</u>			
50	Салат из квашенной капусты Пермь 2021	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	24-86
200	Борщ с фасолью и картофелем Пермь 2021	Калорийность-64, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-24	52-24
100	Бефстроганов из отварной говядины Пермь 2021	Калорийность-202, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-5	79-33
130	макаронные изделия отварные Пермь 2021	Калорийность-160, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	11-75
200	Компот из сухофруктов 2022	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	9-15
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-20	6-90
50	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1, Углеводы-8	6-27
Итого за Обед		Калорийность-681, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-114	190-50
<u>Полдник</u>			
80	Пирожок с мясом и луком Пермь 2021	Калорийность-180, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-24	76-11
200	Кефир	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	32-34
200	Кисель из варенья 2022	Калорийность-114, Углеводы-29	11-85
Итого за Полдник		Калорийность-394, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-61	120-30
Итого за день		Калорийность-1 650, Белки-55, Жиры-59, Углеводы-255	431-39

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник