

Сочинение
Фирма

Маршак Е.В.

Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
115	Омлет с зеленым горошком Пермь 2021	Калорийность-149, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-23	46-49
150	Кефир	Калорийность-75, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-6	24-25
200	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витошка" Пермь 2021	Калорийность-74, Углеводы-19	14-24
10	Масло сливочное Пермь 2021	Калорийность-66, Жиры-7	16-12
10	Сыр твердый Пермь 2021	Калорийность-12, Белки-1, Жиры-1	11-82
55	Хлеб пшеничный	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	7-59
Итого за Завтрак 1		Калорийность-484, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-71	120-51
<u>Обед</u>			
85	Салат из свеклы с солеными огурцами Пермь 2021	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	19-09
190	Суп крестьянский с крупой пшеничной Пермь 2021	Калорийность-67, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	54-76
155	Жаркое по домашнему из говядины Пермь 2021	Калорийность-274, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-33	86-53
200	Кисель с витаминами "Витошка" Пермь 2021	Калорийность-95, Углеводы-24	16-87
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-605, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-99	190-42
<u>Полдник</u>			
172	Яблоки свежие Пермь 2021	Калорийность-38, Углеводы-8	48-53
200	Кисель из апельсинов Пермь 2021	Калорийность-98, Углеводы-24	42-22
80	Пирожок с морковным фаршем Пермь 2021	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-40	20-02
Итого за Полдник		Калорийность-350, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-72	110-77
Итого за день		Калорийность-1 439, Белки-48, Жиры-62, Углеводы-242	421-70

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник