



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>			
212	Каша молочная "Дружба" Пермь 2021	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-48	27-05
30	Сыр твердый Пермь 2021	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	33-79
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	4-38
70	Хлеб пшеничный	Калорийность-138, Белки-4, Углеводы-29	9-24
Итого за Завтрак 1		Калорийность-606, Белки-16, Жиры-30, Углеводы-87	120-21
<u>Обед</u>			
50	Салат из квашенной капусты Пермь 2021	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	24-76
200	Борщ с фасолью и картофелем Пермь 2021	Калорийность-64, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-24	51-14
100	Бефстроганов из отварной говядины Пермь 2021	Калорийность-202, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-5	78-12
150	макаронные изделия отварные Пермь 2021	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-30	13-44
200	Компот из сухофруктов 2022	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	9-15
55	Хлеб пшеничный	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	7-26
55	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-9	6-60
Итого за Обед		Калорийность-716, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-122	190-47
<u>Полдник</u>			
83	Пирожок с мясом и луком Пермь 2021	Калорийность-187, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-25	78-19
200	Кефир	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	30-36
200	Кисель из варенья 2022	Калорийность-114, Углеводы-29	12-05
Итого за Полдник		Калорийность-401, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-62	120-60
Итого за день		Калорийность-1 723, Белки-57, Жиры-62, Углеводы-271	431-28

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник