



28.11.2024 (четверг)

Основная калькуляция Школа

Выход	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200	Каша молочная рисовая 2022	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-32	28-63
200	Какао с молоком и витаминами. Пермь 2021	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	26-25
1	Яйцо отварное Пермь 2021	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	13-50
10	Масло сливочное Пермь 2021	Калорийность-66, Жиры-7	16-12
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-92
80	Яблоки печеные	Калорийность-104, Углеводы-24	28-02
Итого за Завтрак 1		Калорийность-725, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-106	120-44
<u>Обед</u>			
50	Салат из моркови с яблоками и курагой Сб 2021	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7	11-93
200	Рассольник Ленинградский Пермь 2021	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	68-41
88	Голубцы ленивые Пермь 2021	Калорийность-152, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-4	53-02
115	Рагу из овощей с кабачками Пермь 2021	Калорийность-83, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-10	32-35
200	Компот из яблок Пермь 2021	Калорийность-46, Углеводы-11	9-73
58	Хлеб пшеничный	Калорийность-114, Белки-4, Углеводы-24	7-65
58	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10	6-96
Итого за Обед		Калорийность-536, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-77	190-05
<u>Полдник</u>			
190	Блинчики Пермь 2021	Калорийность-407, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-36	80-53
207	Кисель из мандаринов Пермь 2021	Калорийность-101, Углеводы-25	39-63
Итого за Полдник		Калорийность-508, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-61	120-16
Итого за день		Калорийность-1 769, Белки-53, Жиры-66, Углеводы-244	430-65

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник