

Солославина Директор МАУСШ № 13
Маркина С. В.

25.03.2025 (вторник)



Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 1			
140	Пудинг творожный Пермь 2021	Калорийность-235, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-20	79-52
20	Молоко сгущенное порционно		7-25
190	Кофейный напиток с молоком Пермь 2021	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13	17-14
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-20	6-90
30	Яблоки печеные	Калорийность-39, Углеводы-9	10-01
Итого за Завтрак 1		Калорийность-456, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-62	120-82
Обед			
95	Салат из свежих помидоров и огурцов Пермь 2021	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	26-43
193	Суп картофельный с рыбой Пермь 2021	Калорийность-97, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-8	31-81
190	Плов из говядины Пермь 2021	Калорийность-350, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-21	86-17
200	Напиток с витаминами "Витошка"	Калорийность-80, Углеводы-19	14-33
50	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1, Углеводы-8	6-27
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-20	6-90
1	БАТОНЧИК КОРНЛАЙН КОКОС 30 гр		18-30
Итого за Обед		Калорийность-694, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-79	190-21
Полдник			
90	Пирожок печеный с повидлом	Калорийность-251, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-54	32-16
200	Кисель из сока плодового или ягодного	Калорийность-127, Углеводы-32	29-21
188	Яблоки свежие Пермь 2021	Калорийность-41, Углеводы-9	59-47
Итого за Полдник		Калорийность-419, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-95	120-84
Итого за день		Калорийность-1 569, Белки-54, Жиры-44, Углеводы-236	431-87

Директор _____ Булгакова Е.М. зав _____
производством _____

мед работник _____

Булгакова Е.М.

Директор