

Семанова

Директор ИИСУС-13

Школа N 80

Е.В. Маринин

13.05.2025 (вторник)

## Основная калькуляция Школа

| Выход (г)          | Наименование блюда                             | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания |
|--------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <b>Завтрак 1</b>   |                                                |                                                                                |                      |
| 140                | Пудинг творожный Пермь 2021                    | Калорийность-235, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-20                                | 78-16                |
| 20                 | Молоко сгущенное                               |                                                                                | 7-25                 |
| 190                | Кофейный напиток с молоком Пермь 2021          | Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13                                  | 18-22                |
| 50                 | Хлеб пшеничный                                 | Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-20                                          | 6-90                 |
| 30                 | Яблоки печеные                                 | Калорийность-39, Углеводы-9                                                    | 10-19                |
| Итого за Завтрак 1 |                                                | Калорийность-456, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-62                               | 120-72               |
| <b>Обед</b>        |                                                |                                                                                |                      |
| 95                 | Салат из свежих помидоров и огурцов Пермь 2021 | Калорийность-69, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3                                   | 25-71                |
| 195                | Суп картофельный с рыбой Пермь 2021            | Калорийность-98, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-8                                   | 32-89                |
| 190                | Плов из говядины Пермь 2021                    | Калорийность-350, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-21                               | 85-65                |
| 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                  |                                                                                | 18-34                |
| Итого за Обед      |                                                | Калорийность-695, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-79                               | 190-09               |
| <b>Полдник</b>     |                                                |                                                                                |                      |
| 90                 | Пирожок печеный с                              | Калорийность-251, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-54                                 | 31-99                |
| 200                | Кисель из сока плодового или ягодного          | Калорийность-127, Углеводы-32                                                  | 29-22                |
| 185                | Яблоки свежие Пермь 2021                       | Калорийность-41, Углеводы-9                                                    | 59-65                |
| Итого за Полдник   |                                                | Калорийность-419, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-95                                 | 120-86               |
| Итого за день      |                                                | Калорийность-1 570, Белки-54, Жиры-44, Углеводы-236                            | 431-67               |

Директор

Булгакова Е.М.

зав  
производством

мед работник