

Сотласоване

Директор МАОУ сш-13.

Маршук С.В.

20.05.2025 (вторник)

Школа



Основная калькуляция Школа

Выход	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 1			
200	каша гречневая молочная Сб 2021	Калорийность-281, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-34	39-00
14	Масло сливочное Пермь	Калорийность-93, Жиры-10	22-05
1	Яйцо отварное Пермь 2021	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	13-50
200	Кофейный напиток с молоком Пермь 2021	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	19-18
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	8-28
1	БАТОНЧИК КОРНЛАЙН КОКОС 30 гр		18-31
Итого за Завтрак 1		Калорийность-643, Белки-21, Жиры-30, Углеводы-73	120-32
Обед			
70	Салат из свежих помидоров с перцем Пермь 2021	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	20-75
197	Суп из овощей Пермь 2021	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-6	68-73
70	Зразы рубленые из говядины Пермь 2021	Калорийность-114, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-16	55-33
25	Соус сметанный Пермь 2021	Калорийность-18, Жиры-2, Углеводы-1	5-72
100	макаронные изделия отварные Пермь 2021	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	9-14
200	Компот из яблок и ягод замороженных Пермь 2021	Калорийность-45, Углеводы-11	15-41
55	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-9	6-77
55	Хлеб пшеничный	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	8-28
Итого за Обед		Калорийность-520, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-89	190-13
Полдник			
100	Пирожок печеный с	Калорийность-279, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-60	34-74
215	Бананы свежие	Калорийность-203, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-45	75-91
200	Чай с молоком Пермь 2021	Калорийность-81, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	10-11
Итого за Полдник		Калорийность-563, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-121	120-76
Итого за день		Калорийность-1 726, Белки-47, Жиры-51, Углеводы-283	431-21

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник