



Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 1			
104	Пудинг творожный Пермь 2021	Калорийность-174, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-15	57-62
20	Повидло Пермь 2021	Калорийность-65, Углеводы-13	5-26
200	Какао с молоком и витаминами. Пермь 2021	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	28-45
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-20	6-90
65	Яблоки печеные	Калорийность-84, Углеводы-20	22-21
Итого за Завтрак 1		Калорийность-566, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-93	120-44
Обед			
50	Салат из капусты белокачанной и огурцом Пермь 2021	Калорийность-35, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-29
197	Суп-лапша домашняя Пермь 2021	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9	27-83
90	Тефтели из говядины с рисом (ежики) Пермь 2021	Калорийность-147, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-11	50-65
30	Соус сметанный Пермь 2021	Калорийность-21, Жиры-3, Углеводы-1	6-86
200	Запеканка овощная Пермь 2021	Калорийность-212, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-30	54-55
200	Напиток клюквенный Пермь 2022	Калорийность-41, Углеводы-10	22-43
55	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-9	6-89
55	Хлеб пшеничный	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	7-59
Итого за Обед		Калорийность-634, Белки-17, Жиры-26, Углеводы-95	190-09
Полдник			
100	Ватрушка с творогом	Калорийность-365, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-70	35-77
200	Кисель из ягод свежих (яблок) Пермь 2021	Калорийность-98, Углеводы-24	33-58
158	Яблоки свежие Пермь 2021	Калорийность-35, Углеводы-8	51-31
Итого за Полдник		Калорийность-498, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-102	120-66
Итого за день		Калорийность-1 698, Белки-46, Жиры-39, Углеводы-290	431-19

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник