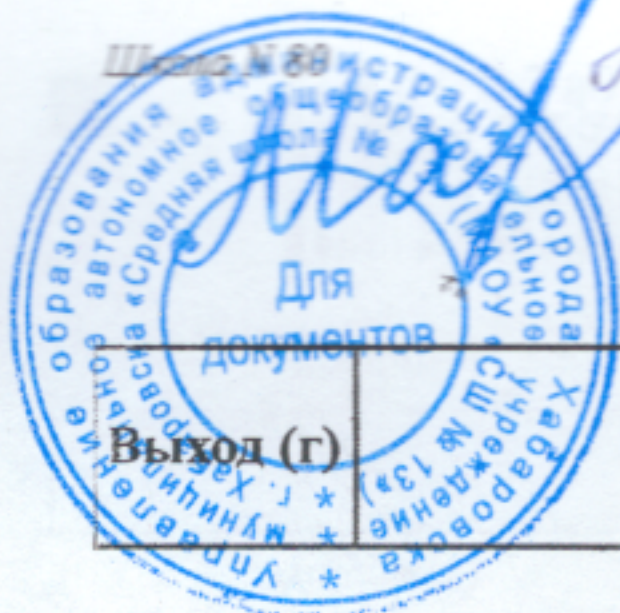


Самоева О. В. Директор МАУ СШ №13.
Мартин С. В.

14.04.2025 (понедельник)



Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак 1

200	Каша молочная "Дружба" Пермь 2021	Калорийность-186, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-45	26-88
30	Сыр твердый Пермь 2021	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	34-84
20	Масло сливочное Пермь 2021	Калорийность-132, Жиры-15	31-58
1	Яйцо отварное Пермь 2021	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	13-50
200	Чай с сахаром и лимоном Пермь 2021	Калорийность-40, Углеводы-10	4-92
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	8-28

Итого за Завтрак 1 Калорийность-575, Белки-16, Жиры-29,
Углеводы-80 120-00

Основная калькуляция Школа

Обед

50	Салат из квашенной капусты Пермь 2021	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	24-86
200	Борщ с фасолью и картофелем Пермь 2021	Калорийность-64, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-24	58-46
85	Бефстроганов из отварной говядины Пермь 2021	Калорийность-172, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-4	75-74
100	Макаронные изделия отварные Пермь 2021	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	9-15
200	Компот из сухофруктов 2022	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	9-12
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-20	6-90
50	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1, Углеводы-8	6-27

Итого за Обед Калорийность-614, Белки-20, Жиры-16,
Углеводы-107 190-50

Полдник

77	Пирожок с мясом и луком Пермь 2021	Калорийность-173, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-23	77-92
180	Кефир	Калорийность-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7	30-59
190	Кисель из варенья 2022	Калорийность-108, Углеводы-28	11-66

Итого за Полдник Калорийность-371, Белки-15, Жиры-12,
Углеводы-58 120-17

Итого за день Калорийность-1 560, Белки-51, Жиры-57,
Углеводы-245 430-67

Директор

Булгакова Е.М.

зав

производством

мед работник