

Согласовано
 Директор
 Школа № 37
 Шаркина Э.В.

16.04.2025 (среда)

Основная калькуляция Школа

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

Завтрак 1

110	Омлет с зеленым горошком Пермь 2021	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-22	45-55
150	Кефир	Калорийность-75, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-6	25-49
200	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витошка" Пермь 2021	Калорийность-74, Углеводы-19	14-25
10	Масло сливочное Пермь 2021	Калорийность-66, Жиры-7	15-79
10	Сыр твердый Пермь 2021	Калорийность-12, Белки-1, Жиры-1	11-61
55	Хлеб пшеничный	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	7-75
Итого за Завтрак 1		Калорийность-477, Белки-13, Жиры-23, Углеводы-70	120-44

Обед

40	Салат из свеклы с солеными огурцами Пермь 2021	Калорийность-34, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	9-33
190	Суп крестьянский с крупой пшеничной Пермь 2021	Калорийность-67, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	62-13
140	Жаркое по домашнему из говядины Пермь 2021	Калорийность-248, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-29	89-65
190	Кисель с витаминами " Витошка" Пермь 2021	Калорийность-90, Углеводы-23	17-22
45	Хлеб пшеничный	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-18	6-34
45	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1, Углеводы-7	5-71
Итого за Обед		Калорийность-528, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-87	190-38

Полдник

163	Яблоки свежие Пермь 2021	Калорийность-36, Углеводы-8	56-78
200	Кисель из апельсинов Пермь 2021	Калорийность-98, Углеводы-24	44-93
75	Пирожок с морковным фаршем Пермь 2021	Калорийность-201, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38	18-59
Итого за Полдник		Калорийность-335, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-70	120-30

Итого за день Калорийность-1 340, Белки-45, Жиры-57,
Углеводы-227 431-12

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник