

Согласовано

Директор МАОУ сш №13
Маркина Е.В.

16.05.2025 (пятница)



Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 1			
105	Котлеты или биточки рыбные (80 гр) Пермь 2021	Калорийность-111, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-11	53-60
30	Соус сметанный Пермь 2021	Калорийность-21, Жиры-3, Углеводы-1	6-86
130	Каша гречневая рассыпчатая Пермь 2021	Калорийность-210, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-24	11-79
80	Огурец свежий порционный		21-50
200	Кисель с витаминами и кальцием "Витошка"	Калорийность-90, Углеводы-23	17-98
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	8-28
Итого за Завтрак 1		Калорийность-550, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-84	120-01
Обед			
55	Винегрет овощной Пермь 2021	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	12-48
190	Суп картофельный с фрикадельками Пермь 2021	Калорийность-116, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-6	50-13
80	Котлета рубленая из птицы Пермь 2021	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-23	39-43
100	макаронные изделия отварные Пермь 2021	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	9-14
200	Сок ГОСТ 0,2	Калорийность-43, Углеводы-11	32-77
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-20	6-27
50	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1, Углеводы-8	6-27
100	Яблоки печеные	Калорийность-130, Углеводы-31	34-04
Итого за Обед		Калорийность-785, Белки-28, Жиры-29, Углеводы-123	190-53
Полдник			
128	Пицца куриная	Калорийность-255, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-24	64-83
200	Кисель из кураги Пермь 2021	Калорийность-155, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-22	37-21
1	БАТОНЧИК КОРНЛАЙН КОКОС 30 гр		18-34
Итого за Полдник		Калорийность-410, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-46	120-38
Итого за день		Калорийность-1 745, Белки-57, Жиры-54, Углеводы-253	430-92

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник