

Сотисово
Директор



Маргуза Э.В.

18.04.2025 (пятница)

Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 1			
100	Котлеты или биточки рыбные (80 гр) Пермь 2021	Калорийность-106, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-10	50-85
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	11-71
80	Огурец свежий порционный		24-56
200	Кисель с витаминами " Витошка" Пермь 2021	Калорийность-95, Углеводы-24	18-12
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	8-10
Итого за Завтрак 1		Калорийность-550, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-84	120-20
Обед			
67	Винегрет овощной Пермь 2021	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	14-77
190	Суп картофельный с фрикадельками Пермь 2021	Калорийность-116, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-6	49-94
80	Котлета рубленая из птицы Пермь 2021	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-23	39-26
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	6-14
50	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1, Углеводы-8	6-18
100	Яблоки печеные	Калорийность-130, Углеводы-31	32-58
Итого за Обед		Калорийность-796, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-123	190-78
Полдник			
128	Пицца куриная	Калорийность-255, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-24	64-72
200	Кисель из кураги Пермь 2021	Калорийность-155, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-22	37-18
1	БАТОНЧИК КОРНЛАЙН КОКОС 30 гр		18-30
Итого за Полдник		Калорийность-410, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-46	120-20
Итого за день		Калорийность-1 756, Белки-56, Жиры-55, Углеводы-253	431-18