

Основная калькуляция Школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 1			
215	Каша кукурузная молочная жидкая Пермь 2021	Калорийность-321, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-63	29-80
9	Сыр (порциями) 10 гр сб. 2021 г	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	11-00
10	Масло сливочное Пермь	Калорийность-66, Жиры-7	15-75
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
1	БАТОНЧИК КОРНЛАЙН		18-34
	КОКОС 30 гр		32-77
200	Сок ГОСТ 0,2	Калорийность-43, Углеводы-11	
Итого за Завтрак 1		Калорийность-651, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-109	120-86
Обед			
37	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	23-77
190	Борщ с капустой и картофелем Пермь 2021	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	73-61
50	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай) Сб 2021	Калорийность-66, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7	29-03
90	Картофель отварной Сб	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12	35-56
180	Кисель с витаминами и кальцием "Витошка"	Калорийность-81, Углеводы-21	16-30
45	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1, Углеводы-7	5-64
45	Хлеб пшеничный	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-18	6-21
Итого за Обед		Калорийность-443, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-75	190-12
Полдник			
87	Пирожок с мясом и луком Пермь 2021	Калорийность-196, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-26	88-03
180	Кефир	Калорийность-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7	30-59
200	Чай с сахаром Пермь 2021	Калорийность-62, Углеводы-15	2-28
Итого за Полдник		Калорийность-348, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-48	120-90
Итого за день		Калорийность-1 442, Белки-45, Жиры-48, Углеводы-232	431-88

Директор

Булгакова Е.М.

зав
производством

мед работник