

Сотласовано

Школа № 80

Директор

С.В. Сидорова

21.04.2025 (понедельник)

Основная калькуляция Школа

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

Завтрак 1

215	Каша кукурузная молочная жидкая Пермь 2021	Калорийность-321, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-63	29-05
9	Сыр (порциями) 10 гр сб. 2021 г	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	11-00
10	Масло сливочное Пермь 2021	Калорийность-66, Жиры-7	15-75
200	Чай с сахаром и лимоном Пермь 2021	Калорийность-40, Углеводы-10	4-92
55	Хлеб пшеничный	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	7-57
1	БАТОНЧИК КОРНЛАЙН КЛЮКВА 30 гр		19-20
200	Сок ГОСТ 0,2	Калорийность-43, Углеводы-11	32-77

Итого за Завтрак 1

Калорийность-641, Белки-15, Жиры-19,
Углеводы-107 120-26

Обед

40	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	25-64
190	Борщ с капустой и картофелем Пермь 2021	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	72-34
50	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай) Сб 2021	Калорийность-66, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7 Калорийность-40, Углеводы-10	29-03 4-92
90	Картофель отварной Сб 2021	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12	35-57
180	Кисель с витаминами и кальцием "Витошка"	Калорийность-81, Углеводы-21	16-18
45	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1, Углеводы-7	5-64
45	Хлеб пшеничный	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-18	6-19

Итого за Обед

Калорийность-448, Белки-13, Жиры-16,
Углеводы-75 190-59

Полдник

87	Пирожок с мясом и луком Пермь 2021	Калорийность-196, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-26	87-97
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-48 120-84