

14.02.22

«___» _____ 20 г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	354	Вареники с творогом	140	68,84	204			
		Сметана	20	5,56	84			
	685	Чай с сахаром	200	2,03	58			
		Хлеб	50	3,44	59,5			
					79,90	408,5		
Обед	148	Суп картофельный	250	29,35	120			
	485	Пельмени картофельные	150	39,32	184,5			
	806	Корне мороженое	45	18,51	288			
		Хлеб	45	3,00	59,4			
	686	Чай с сахаром	200	4,41	60			
					714,90			
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор Ю.А.ЮрковаПовар Е.М.Бережных

15.02.22

«_____» _____ 20 г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	311	Каша молочн. маточка	150	14,43	129			
	334	Яблоко отварное	2	20,00	126			
		Хлеб	50	3,44	59,4			
		Масло сливочн.	20	15,70	74			
		Сыр пармезан	17	11,52	72			
	406	Магнеток из шеповк. и сух/фр	200	6,03	124			
				74,15	584,4			
Обед	181	Суп с рыбными консервами	250	26,26	167			
	206	Картоф. пюре	150	25,03	189			
	424	Погреарка	65	50,25	120			
	639	Магнеток из сух/фр	200	4,56	124			
		Хлеб	40	2,75	59,4			
				108,85	659,4			
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор vet Ю.А.Юркова

Повар _____ Е.М.Бережных

МБОУ НОШ с. Екатеринославка

«Утверждаю»

Директор

О.В.Макаренко

16.02.22

« _____ » _____ 20 _____ г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	294	каша рисовая	150	8,45	244,5			
	434	Гуляш	60	56,85	132			
		Хлеб	58	3,88	59,4			
		Сыр порционный	19	12,50	42			
	639	Компот из сух/фр.	200	4,52	124			
					86,20	631,9		
Обед	141	Суп с перловкой	250	51,66	84			
	294	каша гречнев.	150	6,92	303			
	430	Печень жарен.	80	38,69	289			
	43	Салат из капусты	50	6,04	88			
	686	Чай с лимоном	200	4,34	94			
		Хлеб	40	2,45	59,4			
					110,40	920,4		
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор Ю.А.Юркова

Повар Е.М.Бережных

14.02.22

«_____» _____ 20 г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	332	Роттели отварн.	150	6,95	244,5				
	493	Курочка тушен. в смет. соусе	120	43,67	156				
	698	Вареники с сахар	220	18,29	169				
		Хлеб	55	3,67	59,4				
		Мясно смет.	10	4,85	47				
					80,43	705,90			
Обед	131	Рассольник домашний	250	28,85	100				
		Сметана	30	8,12	42				
	330	Пюре гороховое	150	8,28	253				
	451	Компота мясной	100	57,62	139,5				
		Хлеб	40	2,54	59,4				
	686	Чай с лимонкой	200	4,18	60				
					109,59	644,9			
		Итого							
		Полная стоимость							

Калькулятор Юркова Ю.А.Юркова

Повар _____ Е.М.Бережных

МБОУ НОШ с. Екатеринославка

«Утверждаю»

Директор

О.В.Макаренко

18.02.22

« _____ » _____ 20 г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	294	Каша гречневая	150	10,55	303			
	584	Соус томатный	50	6,61	44			
	451	Компота ягодная	60	41,98	130,5			
		Хлеб	50	3,44	59,4			
	693	Какао с молоком	200	14,39	190			
					80,00	426,90		
Обед	124	Иссы из свежей капусты	250	30,56	88			
		Сметана	30	8,12	84			
	438	Азу	150	55,73	181,5			
	732	Оладьи	100	10,91	124			
		Хлеб	40	2,54	59,4			
	685	Чай с сахаром	200	2,11	58			
					109,97	594,90		
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор Ю.А.Юркова

Повар Е.М.Бережных