



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	250	6,31	156,25	5,16	19,85
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	2,78	137	2,2	25,92
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, С СЫРОМ	32	5,79	104	3,18	9,9
ИТОГО		14,88	397,25	10,54	55,67

2 завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	6,1	108,5	0,75	12,5
СОК	150		102	0,45	24,75
ИТОГО		6,1	210,5	1,2	37,25

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	80	4,07	90	1,42	11,77
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, С МЯСОМ	220	6,74	129	4,32	15,06
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	6,85	117,84	9,67	4,37
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	100	3,15	96,11	1,93	14,96
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	160	0,12	59	0,17	14,03
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,27	45,01	1,7	8,91
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,36	60	1,68	14,82
ИТОГО		21,56	596,96	20,89	83,92

Дополнение (полдник)

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	160	0,02	104	0,22	24,67
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	75	0,39	71,94	1,14	15,75
СУШКИ, БУБЛИКИ, БАРАНКИ	50	0,6	169,5	5,35	35,6
ИТОГО		1,01	345,44	6,71	76,02

Ужин

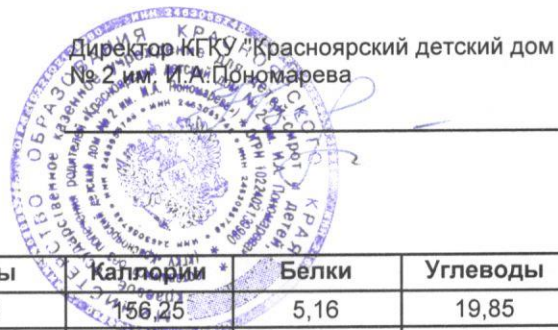
Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
ОВОЩИ СВЕЖИЕ	80	0,06	8,32	0,51	1,09
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,07	129,5	8,57	8,01
СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	1,17	20	0,4	1,84
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,13	91,67	2,76	10,84
ЧАЙ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	3,06	128	2,59	22,47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,27	45,01	1,7	8,91
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,24	40	1,12	9,88
ИТОГО		15	462,5	17,35	63,04

Паужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Калории	Белки	Углеводы
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	5,65	104,12	4,94	7,24
ИТОГО		5,65	104,12	4,94	7,24

Исполнитель: _____

Зав. производством: _____



КГКУ "Красноярский детский дом № 2 им. И.А.Пономарева
Калькуляция № 0000-011209

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	Белки	Углеводы
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	250	6,31	156,25	5,16	19,85
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	1 шт	4,6	63	5,08	0,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,18	142	3,62	26,32
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,24	40	1,12	9,88
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, С СЫРОМ	94	23,87	348	8,41	24,92
ИТОГО		38,2	749,25	23,39	81,25

2 завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	Белки	Углеводы
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	25	7,63	135,63	0,94	15,63
СОК	200		136	0,6	33
ИТОГО		7,63	271,63	1,54	48,63

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	Белки	Углеводы
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	100	5,09	112,5	1,78	14,71
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, С МЯСОМ	370	10,84	212	6,73	25,64
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	120	11,74	202	16,57	7,49
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	230	7,25	221,05	4,44	34,41
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,15	73,75	0,21	17,54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	0,83	135,03	5,11	26,71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	0,96	160	4,48	39,52
ИТОГО		36,86	1 116,33	39,32	166,02

Дополнение (полдник)

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	Белки	Углеводы
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,03	130	0,27	30,84
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200	1	191,82	3	42
СУШКИ, БУБЛИКИ, БАРАНКИ	100	1,2	339	10,7	71,2
ИТОГО		2,23	660,82	13,97	144,04

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	Белки	Углеводы
ОВОЩИ СВЕЖИЕ	100	0,08	10,4	0,64	1,36
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	14,14	259	17,14	16,02
СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	1,17	20	0,4	1,84
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,76	110	3,31	13,01
ЧАЙ С САХАРОМ	200		80		19,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,7	114	4,3	22,55
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,6	100	2,8	24,7
ИТОГО		20,45	693,4	28,59	99,44

Паужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	Белки	Углеводы
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	6,4	118	5,6	8,2
ИТОГО		6,4	118	5,6	8,2

Исполнитель: _____

Зав. производством: _____