

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 29.09.2020

Директор КГКУ "Красноярский детский дом
№ 2 им. И.А.Пономарева

КГКУ "Красноярский детский дом № 2 им. И.А.Пономарева

Калькуляция № 0000-011220



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	Белки	Углеводы
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	9,47	268	8,61	36,99
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,64	106	3,31	15,18
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, С СЫРОМ	32	5,79	104	3,18	9,9
ИТОГО		18,9	478	15,1	62,07

2 завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	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	Каллории	Белки	Углеводы
САЛАТ СБОРНЫЙ	80	10,88	139	7,2	2,74
СВЕКОЛЬНИК со сметаной, мясом 1/220	220	6,7	133	4,56	9,76
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,07	129,5	8,57	8,01
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,43	139,55	3,88	23,25
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	160	0,22	85	0,54	17,71
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,27	45,01	1,7	8,91
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,36	60	1,68	14,82
ИТОГО		28,93	731,06	28,13	85,2

Дополнение (полдник)

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	Белки	Углеводы
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	160	0,13	63,2	0,13	15,11
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	75	0,39	71,94	1,14	15,75
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	80	8,35	216	12,17	21,86
ИТОГО		8,87	351,14	13,44	52,72

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	Белки	Углеводы
ОВОЩИ СВЕЖИЕ	80	0,06	8,32	0,51	1,09
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	80	11,31	207,2	13,71	12,81
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	115	6,04	198	6,6	29,73
ЧАЙ С САХАРОМ	180		40		9,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,27	45,01	1,7	8,91
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,24	40	1,12	9,88
ИТОГО		17,92	538,53	23,64	72,4

Паужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллории	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 № 0000-011221

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллорий	Белки	Углеводы
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	11,84	335	10,76	46,24
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,44	162	4,33	26,01
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,24	40	1,12	9,88
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, С СЫРОМ	94	23,87	348	8,41	24,92
ИТОГО		40,39	885	24,62	107,05

2 завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллорий	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	Каллорий	Белки	Углеводы
САЛАТ СБОРНЫЙ	100	13,6	173,75	9	3,43
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ	370	10,76	222	7,15	17,13
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	14,14	259	17,14	16,02
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	4,67	190,29	5,3	31,71
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,28	137	0,68	29,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	0,83	135,03	5,11	26,71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	0,96	160	4,48	39,52
ИТОГО		45,24	1 277,07	48,86	164,14

Дополнение (полдник)

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллорий	Белки	Углеводы
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,16	79	0,16	18,89
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	200	1	191,82	3	42
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	265	28,19	722,4	40,35	72,47
ИТОГО		29,35	993,22	43,51	133,36

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Каллорий	Белки	Углеводы
ОВОЩИ СВЕЖИЕ	100	0,08	10,4	0,64	1,36
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	14,14	259	17,14	16,01
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,38	341,21	10,68	52,49
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		24,9	904,61	35,56	137,07

Паужин

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

Исполнитель: _____

Зав. производством: _____