

Согласовано

Директор
 ГУ ЯО Петровский детский дом
 Директор Царева Л.А./

МЕНЮ

3 июня 2022 г.

0-3 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧН., СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10/10	2,5	10,8	0,1	107	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,9	20,5	2,1	235	0,2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	2,9	3,1	16,9	108	0,52
2008		БАТОН	34					0
Итого			326	16,3	34,4	19,1	450	0,72
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	158/115	1,5	0,4	37,1	159	3,9
Итого			273	1,5	0,4	37,1	159	3,9
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	16	0,5		1,1	6	0,6
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200/20	4,9	2,6	16,3	109	8,2
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	55	6	5,3	4,1	88	0,4
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	155	2,3	4,3	24,8	148	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150/12	0,1	0,1	13,9	57	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,8	0,2	11,7	56	0
Итого			636	15,6	12,5	71,9	464	10
Полдник								
2008	219	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	145	6,9	17,5	63,6	437	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	4,9	7,2	92	0,8
2008		БАНАН	80	1,2	0,4	16,9	77	8,1
Итого			375	12,6	22,8	87,7	606	9,1
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	65	10,1	9		134	7,7
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	145	2,7	9,2	13,6	149	17,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		12,3	50	0,02
2008		БАТОН	34					0
Итого			406	12,9	18,2	25,9	333	24,92
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	133	3,3	3,5	14,6	102	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			158	5,2	6	33,2	206	0
Всего				64,1	94,3	274,9	2218	48,64

Мед сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

МЕНЮ

3 июня 2022 г.

3-7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧН., СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10/11	2,8	11,1	0,1	111	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,7	17,6	1,9	208	0,2
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/12	5	4,9	19,4	143	0,7
2008		БАТОН	44					0
Итого			377	18,5	33,6	21,4	462	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	210	1	0,2	19,8	86	4
Итого			210	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	25	0,8	0,1	1,6	10	1
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200/25	4,7	4,2	16,9	124	8,4
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	8,5	5,8	4	102	0,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	45	0,7	3,6	2,6	44	0,73
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	160/5	3,8	5,1	40,3	222	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ С	200/15	0,2	0,2	20,2	84	1,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			789	21,6	19,4	104,4	677	11,93
Полдник								
2008	219	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	145/22	7	19,5	71	486	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	172	5,1	5,6	8,2	105	1
2008		БАНАН	161	2,4	0,8	33,8	155	16,1
Итого			500	14,5	25,9	113	746	17,2
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	105	16,4	23,6	0,1	297	11,9
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160/5	3	8	14,3	143	20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		13,1	53	0,02
2008		БАТОН	44					0
Итого			511	19,5	31,6	27,5	493	31,92
II Ужин								
2008		СНЕЖОК	154	3,8	4	16,9	118	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139	0
Итого			187	6,3	7,3	41,7	257	0
Всего				81,4	118	327,8	2721	65,95

Мед. сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е.С. Киселева В.М.

МЕНЮ

3 июня 2022 г.

7-11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧН., СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10/11	2,9	11,1	0,1	112	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,8	17,4	2	206	0,2
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/12	3,1	3,3	15,8	106	0,5
2008		БАТОН	97					0
Итого			440	16,8	31,8	17,9	424	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	210	1	0,2	19,8	86	4
Итого			210	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ЗЕЛЕНЬИ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАН.	25	0,8	0,1	1,6	10	1
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250/25	6,6	3	21,2	138	10,5
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85	8,7	7,3	5,1	122	0,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	45	0,7	3,6	2,6	44	0,73
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	195/7	4,7	6,4	48,8	271	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ С	200/15	0,2	0,2	20,6	85	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	90	6	0,8	38,2	184	0
Итого			937	27,7	21,4	138,1	854	13,93
Полдник								
2008	219	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	145/22	5,5	18,8	60	431	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5	5,5	8,1	104	0,9
2008		БАНАН	161	2,4	0,8	33,8	155	16,1
Итого			498	12,9	25,1	101,9	690	17,1
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	65	10,8	9,5		141	7,7
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	175	3,4	13,9	16,4	205	20,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		11,3	45	0,02
2008		БАТОН	97					0
Итого			534	14,3	23,4	27,7	391	28,62
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	174	4,4	4,5	19,1	134	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			214	7,4	8,4	48,9	301	0
Всего				80,1	110,3	354,3	2746	64,35

Мед сестра _____

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар _____

Платонова Е.С. Киселева В.М.

МЕНЮ

3 июня 2022 г.

12- 18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧН., СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10/15	3,8	12	0,1	124	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,8	18,9	2	220	0,2
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/12	4	3,9	14,8	111	0,5
2008		БАТОН	97					0
Итого			444	18,6	34,8	16,9	455	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	210	1	0,2	19,8	86	4
Итого			210	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАН.	26	0,8	0,1	1,6	10	1
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	300/25	7,8	4,9	24,6	174	12,3
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85	10,1	5,4	6	113	0,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	60	2,6	14,3	10,5	178	2,9
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	195/7	4,8	4,7	50,2	262	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ С	200/20	0,2	0,2	18,4	76	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	90	6	0,8	38,2	184	0
Итого			1008	32,3	30,4	149,5	997	17,9
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	7,2	10,1	56,1	344	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	1
2008		БАНАН	161	2,4	0,8	33,8	155	16,1
Итого			541	14,9	16,8	98,5	610	17,3
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	135	20,3	19,6	0,1	280	13,5
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,7	18,2	18,6	253	24,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		9,9	40	0,02
2008		БАТОН	97					0
Итого			629	24,1	37,8	28,6	573	38,12
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	184	4,6	4,8	20,2	142	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			224	7,6	8,7	50	309	0
Всего				98,5	128,7	363,3	3030	78,02

Мед сестра _____

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар _____

Платонова Е. С. Киселева В.М.