

МЕНЮ

6 июня 2022 г.

0-3 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	23	5,9	6		78	0,2
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	5,4	9,7	28,1	222	0,7
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	4	4,1	23,7	148	0,7
2008		БАТОН	37					0
Итого			377	15,3	19,8	51,8	448	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	180/153	1,8	0,5	46,4	199	4,6
Итого			333	1,8	0,5	46,4	199	4,6
Обед								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	38	0,4	0,1	1,4	9	9,5
2008	107	СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	150/20	7,1	8	11,2	146	0,4
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	95	10,8	11,2	8	175	0,7
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	185	4,5	6,5	25,8	183	20,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	150/17			16,1	65	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			692	25,2	26,1	78	653	30,7
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ	135	13,7	23,3	2,8	275	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	193	5,7	6,3	9,3	118	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139	0
Итого			361	21,9	32,9	36,9	532	1,2
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	230	14,9	15,9	19,4	281	7,81
2008		ГРУША	147	0,6	0,4	15,1	69	7,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		16,3	66	0,02
2008		БАТОН	37					0
Итого			576	15,6	16,3	50,8	416	15,23
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	165	5,3	4,9	6,6	94	0
Итого			165	5,3	4,9	6,6	94	0
Всего				85,1	100,5	270,5	2342	53,33

Мед.сестра

Кузнец

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

МЕНЮ

6 июня 2022 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	24	6,3	6,4		84	0,2
2008	183	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	10,2	38,3	269	0,7
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/15	3,8	4,1	20,6	135	0,7
2008		БАТОН	48					0
Итого			492	16,2	20,7	58,9	488	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	240	1	0,2	19,8	86	4
Итого			240	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	46	0,5	0,1	1,8	11	11,5
2008	107	СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	200/20	7,5	10,4	9,9	163	0,5
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	85	13,4	15,8	7,2	225	0,5
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	185	5,4	6,3	27,7	190	25,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/19			17,9	72	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	63	4,2	0,6	26,6	128	0
Итого			818	31	33,2	91,1	789	38,2
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	14	26,8	3,4	310	0,3
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	207	6,1	6,8	10	127	1,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139	0
Итого			410	22,6	36,9	38,2	576	1,4
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	285	18,7	21,8	24	366	9,45
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		24,7	101	1,9
2008		ГРУША	224	0,9	0,7	23	105	11,2
2008		БАТОН	48					0
Итого			757	19,7	22,5	71,7	572	22,55
II Ужин								
2008		КЕФИР	187	6	5,6	7,5	106	0
Итого			187	6	5,6	7,5	106	0
Всего				96,5	119,1	287,2	2617	67,75

Мед сестра

Куца

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

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

МЕНЮ

6 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	24	6,3	6,4		84	0,2
2008	183	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,1	10,2	36,9	264	0,7
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,7	4,1	25	156	0,7
2008		БАТОН	106					0
Итого			530	17,1	20,7	61,9	504	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	240	1	0,2	19,8	86	4
Итого			240	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	57	0,6	0,1	2,2	14	14,2
2008		СУП ТЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	250/20	10,8	9,2	18,6	202	7,6
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	85	13	15,8	5,1	215	0
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	220	6	10,8	32,9	254	31,4
2008	440	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			17,9	72	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	71	4,7	0,6	30,3	146	0
Итого			903	35,1	36,5	107	903	53,2
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	13,6	23,8	2,6	278	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	207	6,1	6,8	10	127	1,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139	0
Итого			385	22,2	33,9	37,4	544	1,3
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	285	18,7	21,8	24	366	9,45
2008		ГРУША	298	1,2	0,9	30,7	140	14,9
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		24,7	101	1,9
2008		БАТОН	106					0
Итого			889	20	22,7	79,4	607	26,25
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	187	6	5,6	7,5	106	0
Итого			187	6	5,6	7,5	106	0
Всего				101,4	119,6	313	2750	86,35

Мед. сестра

Кузнец

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

МЕНЮ

6 июня 2022 г.

12- 18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	24	6,3	6,4		84	0,2
2008	183	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	250	7,1	8,6	46,3	291	0,7
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,7	4,1	20,8	139	0,7
2008		БАТОН	106					0
Итого			580	18,1	19,1	67,1	514	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	240	1	0,2	19,8	86	4
Итого			240	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	81	0,9	0,2	3,1	19	20,2
2008		СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	300/20	16,1	11,5	40,4	337	24,1
2008	288	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	95	10	12,5	0,7	156	0,3
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	220	6,2	9,5	33,3	247	35,2
2008	440	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	125	8,3	1,1	53	255	0
Итого			1041	41,5	34,8	140,2	1053	79,8
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	60	4,5	5,9	44,6	250	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	13,6	21,5	2,5	257	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	232	6,9	7,6	11,2	143	1,3
Итого			437	25	35	58,3	650	1,5
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	345	22,9	24	29,2	421	11,67
2008		ГРУША	292	1,2	0,9	30,1	138	14,6
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		24,7	101	1,9
2008		БАТОН	106					0
Итого			943	24,2	24,9	84	660	28,17
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	198	6,3	5,9	7,9	113	0
Итого			198	6,3	5,9	7,9	113	0
Всего				116,1	119,9	377,3	3076	115,07

Мед. сестра

Кузнец

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.