

МЕНЮ

8 июня 2022 г.

0-3 лет

Сборник рецептур	№ 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)	16	4,2	4,3		56	0,1
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,1	5,5	18,5	142	0,4
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	150/12/7	2,6	2,8	20,4	118	0,52
2008		БАТОН	33					0
Итого			368	10,9	12,6	38,9	316	1,02
II Завтрак								
2008		БАНАН. ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	100/115	2,2	0,7	42,3	188	10,7
Итого			215	2,2	0,7	42,3	188	10,7
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	40	0,3	3,2	5,4	53	3
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	200/20	6,6	8,6	7,8	140	6,8
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ). МЯСНОЕ ПЮРЕ	75/25/100	22,9	23,5	7,8	340	0,91
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	85	1,9	10	7,4	125	2,04
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	173	0,8	0,2	14,9	65	3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			748	34,5	45,8	56	784	15,75
Полдник								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	130	2,2	10,4	16,8	170	10,2
2008		БАТОН	29					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		16,3	66	0,02
Итого			356	2,3	10,4	33,1	236	10,22
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	260/30	6,8	21,3	59,8	482	0,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150/12			17,2	70	0,5
2008		БАТОН	33					0
Итого			525	11,9	25,9	77,3	615	0,6
II Ужин								
2008	435	КЕФИР ПЕЧЕНЬЕ	177	7,2	7,2	21,6	182	0
Итого			177	7,2	7,2	21,6	182	0
Всего				69	102,6	269,2	2321	38,29

Мед сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е.С. Киселева В.М.

МЕНЮ

8 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5	5,1		67	0,1
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,3	5,3	20,5	151	0,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200/12	3,3	3,6	18,3	120	0,62
2008		БАТОН	43					0
Итого			475	13,6	14	38,8	338	1,32
II Завтрак								
2008		БАНАН	201	3	1	42,1	193	20,1
Итого			201	3	1	42,1	193	20,1
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	75	0,9	1,7	9,1	55	5,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	200/20/10	5,9	9,3	7,9	144	6,7
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	155	23,5	21,8	16,3	358	0,7
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	65	1,2	6,4	4,7	79	1,3
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	230	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			805	35,8	39,8	79	824	18,3
Полдник								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	130	2,4	15,4	17,2	218	10,8
2008		БАТОН	43					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		13,1	53	0,02
Итого			370	2,5	15,4	30,3	271	10,82
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	250/50	6,5	52,8	55,9	749	0,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/20	0,1	0,1	25,2	103	1,1
2008		БАТОН	43					0
Итого			603	11,7	57,5	81,4	915	1,2
II Ужин								
2008	435	КЕФИР ПЕЧЕНЬЕ	189	8,3	8,5	29,2	229	0
Итого			189	8,3	8,5	29,2	229	0
Всего				74,9	136,2	300,8	2770	51,74

Мед сестра _____

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар _____

Платонова Е. С. Киселева В.М.

МЕНЮ

8 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)	20	5	5,1		67	0,1
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5	5	18,3	139	0,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	185/12	3,3	3,6	17,8	118	0,62
2008		БАТОН	95					0
Итого			512	13,3	13,7	36,1	324	1,32
II Завтрак								
2008		БАНАН	200	3	1	42	192	20
Итого			200	3	1	42	192	20
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	75	1	4,5	8,2	78	22,43
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	250/20/13	7,1	11,9	9,5	177	8
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	155/50	23,2	20,8	19,9	362	0,71
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	70	1,3	6,9	5	85	1,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	230	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,6	0,9	42,4	204	0
Итого			963	40,2	45,2	104,8	992	36,54
Полдник								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	190	3,4	15,7	25,2	255	15,3
2008		БАТОН	48					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		12,6	51	0,02
Итого			435	3,5	15,7	37,8	306	15,32
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	250	4,8	18,2	47,3	394	0,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	19,5	79	0,6
2008		БАТОН	95					0
Итого			585	10	22,9	67,1	536	0,7
II Ужин								
2008	435	КЕФИР ПЕЧЕНЬЕ	201	8,6	8,8	29,6	236	0
Итого			201	8,6	8,8	29,6	236	0
Всего				78,6	107,3	317,4	2586	73,88

Мед сестра _____

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар _____

Платонова Е. С. Киселева В.М.

Согласовано

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Директор Царева Л.А./

МЕНЮ

8 июня 2022 г.

12- 18 лет

Сборник рецептур	№ 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)	20	5	5,1		67	0,1
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	6,7	8,7	28,4	219	0,7
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	185/12	3,2	3,6	14,9	106	0,6
2008		БАТОН	95					0
Итого			562	14,9	17,4	43,3	392	1,4
II Завтрак								
2008		БАНАН	200	3	1	41,9	192	20
Итого			200	3	1	41,9	192	20
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	75	0,8	5	9,1	85	6,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	300/20	7,5	10,3	11,4	173	10,4
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	170/50	25,6	26,5	19,8	424	0,81
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	80	1,9	10,2	7,5	127	2,08
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	230	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,6	0,9	42,4	204	0
Итого			1025	43,4	53,1	110	1099	23,39
Полдник								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	255	4,4	15,8	33,1	293	19,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		9,9	40	0,02
2008		БАТОН	48					0
Итого			500	4,5	15,8	43	333	19,82
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	270	7,3	23,5	50,7	466	0,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	21	86	0,7
2008		БАТОН	95					0
Итого			605	12,5	28,2	72	615	0,8
II Ужин								
2008	435	КЕФИР ПЕЧЕНЬЕ	213	9,7	10,2	37,4	283	0
Итого			213	9,7	10,2	37,4	283	0
Всего				88	125,7	347,6	2914	65,41

Мед.сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.