


Утверждаю

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

# МЕНЮ

22 июня 2022 г.

0-3 лет

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                      | Выход      | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 14            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                          | 15         | 3,9               | 3,8         |              | 53                            | 0             |
| 2008              | 209           | ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ                      | 160        | 5,8               | 5           | 33,2         | 202                           | 0             |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                           | 40         | 5,1               | 4,6         | 0,3          | 63                            | 0             |
| 2008              | 431           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                 | 150/12/7   | 0,2               |             | 13,3         | 55                            | 0,92          |
| 2008              |               | БАТОН                                   | 35         |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>419</b> | <b>15</b>         | <b>13,4</b> | <b>46,8</b>  | <b>373</b>                    | <b>0,92</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              |               | БАНАН, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ                   | 100/100    | 2,1               | 0,7         | 39,5         | 176                           | 10,6          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>200</b> | <b>2,1</b>        | <b>0,7</b>  | <b>39,5</b>  | <b>176</b>                    | <b>10,6</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 56            | ИКРА МОРКОВНАЯ                          | 50         | 0,9               | 3,2         | 4,5          | 52                            | 2,4           |
| 2008              | 84            | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ       | 200/20     | 6,4               | 7,1         | 6,8          | 118                           | 9,6           |
| 2008              | 286           | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)           | 60/25      | 8,3               | 9,7         | 3,9          | 136                           | 0,8           |
| 2008              | 364           | СОУС ТОМАТНЫЙ №364                      | 60         | 1,1               | 5,7         | 4,2          | 71                            | 1,17          |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                            | 150        | 0,8               | 0,2         | 14,9         | 65                            | 3             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 30         | 2                 | 0,3         | 12,7         | 61                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>595</b> | <b>19,5</b>       | <b>26,2</b> | <b>47</b>    | <b>503</b>                    | <b>16,97</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 479           | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                     | 105        | 7,4               | 9,7         | 26,6         | 224                           | 0             |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                        | 149        | 4,4               | 4,9         | 7,2          | 91                            | 0,8           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>254</b> | <b>11,8</b>       | <b>14,6</b> | <b>33,8</b>  | <b>315</b>                    | <b>0,8</b>    |
| <b>Ужин</b>       |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 224           | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ | 205/30     | 5,6               | 13,6        | 38,5         | 313                           | 0             |
| 2008              | 438           | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                        | 150/12     | 0,1               | 0,1         | 14,5         | 60                            | 0,7           |
| 2008              |               | БАТОН                                   | 35         |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>432</b> | <b>5,7</b>        | <b>13,7</b> | <b>53</b>    | <b>373</b>                    | <b>0,7</b>    |
| <b>II Ужин</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 435           | КЕФИР                                   | 150        | 4,8               | 4,5         | 6            | 86                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>150</b> | <b>4,8</b>        | <b>4,5</b>  | <b>6</b>     | <b>86</b>                     | <b>0</b>      |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>58,9</b>       | <b>73,1</b> | <b>226,1</b> | <b>1826</b>                   | <b>29,99</b>  |

Мед сестра \_\_\_\_\_

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар \_\_\_\_\_

Платонова Е. С. Киселева В.М.

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

Директор Царева Л.А./

**МЕНЮ**

22 июня 2022 г.

3-7 лет

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                                      | Выход     | Химический состав |         |              | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|-----------|-------------------|---------|--------------|-------------------------------|----------------|
|                   |               |   |           | Белки, г          | Жиры, г | Угле-воды, г |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |           |                   |         |              |                               |                |
| 2008              | 14            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)  | 20        | 5,3               | 5       |              | 70                            | 0              |
| 2008              | 209           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                             | 155/6     | 5,6               | 4,8     | 31,9         | 194                           | 0              |
| 2008              | 431           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                 | 200/15/7  | 0,3               | 0,1     | 16,4         | 67                            | 3,24           |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ   | 40        | 5,1               | 4,6     | 0,3          | 63                            | 0              |
| 2008              |               | БАТОН   | 45        |                   |         |              |                               | 0              |
| Итого             |               |   | 488       | 16,3              | 14,5    | 48,6         | 394                           | 3,24           |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |           |                   |         |              |                               |                |
| 2008              |               | ФРУКТ   | 200       | 3                 | 1       | 42           | 192                           | 20             |
| Итого             |               |   | 200       | 3                 | 1       | 42           | 192                           | 20             |
| <b>Обед</b>       |               |   |           |                   |         |              |                               |                |
| 2008              |               | ПОМИДОР СВЕЖИЙ  | 31        | 0,3               | 0,1     | 1,2          | 7                             | 7,7            |
| 2008              | 84            | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ | 250/20/10 | 7,1               | 11,6    | 8,9          | 170                           | 12             |
| 2008              | 285           | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)                   | 150       | 22                | 23,4    | 12,4         | 347                           | 0,6            |
| 2008              | 364           | СОУС ТОМАТНЫЙ №364                                      | 50        | 0,9               | 5       | 3,7          | 62                            | 1,02           |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ  | 200       | 1                 | 0,2     | 19,8         | 86                            | 4              |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50        | 3,3               | 0,4     | 21,2         | 102                           | 0              |
| Итого             |               |   | 761       | 34,6              | 40,7    | 67,2         | 774                           | 25,32          |
| <b>Полдник</b>    |               |   |           |                   |         |              |                               |                |
| 2008              | 453           | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                                     | 100       | 15,3              | 7,6     | 42,6         | 262                           | 0,1            |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ  | 200       | 5,9               | 6,5     | 9,6          | 122                           | 1,1            |
| Итого             |               |   | 300       | 21,2              | 14,1    | 52,2         | 384                           | 1,2            |
| <b>Ужин</b>       |               |   |           |                   |         |              |                               |                |
| 2008              | 224           | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ                | 200/50    | 5,1               | 12,2    | 37,3         | 294                           | 0              |
| 2008              | 438           | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ  | 200/20    | 0,2               | 0,2     | 23,2         | 96                            | 1,6            |
| 2008              |               | БАТОН   | 45        |                   |         |              |                               | 0              |
| Итого             |               |   | 515       | 5,3               | 12,4    | 60,5         | 390                           | 1,6            |
| <b>II Ужин</b>    |               |   |           |                   |         |              |                               |                |
| 2008              | 435           | КЕФИР   | 150       | 4,8               | 4,5     | 6            | 86                            | 0              |
| Итого             |               |   | 150       | 4,8               | 4,5     | 6            | 86                            | 0              |
| Всего             |               |   |           | 85,2              | 87,2    | 276,5        | 2220                          | 51,36          |

Мед сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

22 июня 2022 г.

7-11 лет

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                          | Выход      | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 14            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                              | 20         | 5,3               | 5           |              | 70                            | 0              |
| 2008              | 209           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                 | 160        | 5,8               | 5           | 33,2         | 202                           | 0              |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                               | 40         | 5,1               | 4,6         | 0,3          | 63                            | 0              |
| 2008              | 431           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                     | 185/15/7   | 0,3               | 0,1         | 15,2         | 62                            | 3              |
| 2008              |               | БАТОН                                       | 100        |                   |             |              |                               | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>527</b> | <b>16,5</b>       | <b>14,7</b> | <b>48,7</b>  | <b>397</b>                    | <b>3</b>       |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              |               | ГРУША                                       | 198        | 0,8               | 0,6         | 20,4         | 93                            | 9,9            |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>198</b> | <b>0,8</b>        | <b>0,6</b>  | <b>20,4</b>  | <b>93</b>                     | <b>9,9</b>     |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
|                   |               | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                             | 30         |                   |             |              |                               | 0              |
| 2008              | 84            | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И С МЯСОМ | 300/20     | 8,2               | 9,4         | 10,2         | 159                           | 14,3           |
| 2008              | 285           | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)       | 150/50     | 22,9              | 27,7        | 16,2         | 405                           | 0,72           |
| 2008              | 364           | СОУС ТОМАТНЫЙ №364                          | 65         | 1,2               | 6,4         | 4,7          | 79                            | 1,3            |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                | 200        | 1                 | 0,2         | 19,8         | 86                            | 4              |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 100        | 6,6               | 0,9         | 42,4         | 204                           | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>915</b> | <b>39,9</b>       | <b>44,6</b> | <b>93,3</b>  | <b>933</b>                    | <b>20,32</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 479           | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                         | 155        | 10,6              | 14,3        | 36,3         | 316                           | 0              |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                            | 152        | 4,5               | 4,9         | 7,3          | 93                            | 0,8            |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>307</b> | <b>15,1</b>       | <b>19,2</b> | <b>43,6</b>  | <b>409</b>                    | <b>0,8</b>     |
| <b>Ужин</b>       |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 219           | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА                          | 215        | 5,1               | 12,2        | 36,5         | 276                           | 0              |
| 2008              | 371           | СОУС СМЕТАННЫЙ №371                         | 55         | 0,9               | 2,3         | 3,9          | 46                            | 0              |
| 2008              | 438           | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                            | 200        | 0,1               | 0,1         | 26,4         | 108                           | 3              |
| 2008              |               | БАТОН                                       | 100        |                   |             |              |                               | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>570</b> | <b>6,1</b>        | <b>14,6</b> | <b>66,8</b>  | <b>430</b>                    | <b>3</b>       |
| <b>II Ужин</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 435           | КЕФИР                                       | 200        | 6,4               | 6           | 8            | 114                           | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>200</b> | <b>6,4</b>        | <b>6</b>    | <b>8</b>     | <b>114</b>                    | <b>0</b>       |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>84,8</b>       | <b>99,7</b> | <b>280,8</b> | <b>2376</b>                   | <b>37,02</b>   |

Мед сестра \_\_\_\_\_

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар \_\_\_\_\_

Платонова Е. С. Киселева В.М.