

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/И.О. дир. детского дома Кузьмичёва Е.В./

МЕНЮ

17 августа 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)	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
Итого			419	15	13,4	46,8	373	0,92
II Завтрак								
2008		БАНАН, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	100/100	2,1	0,7	39,5	176	10,6
Итого			200	2,1	0,7	39,5	176	10,6
Обед								
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
Итого			595	19,5	26,2	47	503	16,97
Полдник								
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
Итого			254	11,8	14,6	33,8	315	0,8
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ 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
Итого			432	5,7	13,7	53	373	0,7
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	150	4,8	4,5	6	86	0
Итого			150	4,8	4,5	6	86	0
Всего				58,9	73,1	226,1	1826	29,99

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
 /И.О. дир. детского дома Кузьмичёва Е.В./

МЕНЮ

17 августа 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	5,3	5		70	0
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155/5	5,7	4,8	32,2	196	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			487	16,4	14,5	48,9	396	3,24
II Завтрак								
2008		ФРУКТ	201	3	1	42,1	193	20,1
Итого			201	3	1	42,1	193	20,1
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,3	0,1	1,1	7	7,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	250/20/10	7,2	11,2	9	167	12
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	150	21,9	24,4	12,1	354	0,6
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,9	3,6	62	1,01
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			760	34,6	41,2	66,8	778	25,21
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	105	15,7	8,4	42,6	270	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	6,5	9,6	122	1,1
Итого			305	21,6	14,9	52,2	392	1,2
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	205/50	5,6	12,2	36,7	295	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/20	0,2	0,2	23,2	95	1,6
2008		БАТОН	45					0
Итого			520	5,8	12,4	59,9	390	1,6
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	150	4,8	4,5	6	86	0
Итого			150	4,8	4,5	6	86	0
Всего				86,2	88,5	275,9	2235	51,35

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

/И.О. дир. детского дома Кузьмичёва Е.В./

МЕНЮ
17 августа 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	5,3	5		70	0
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,7	4,8	32,2	196	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
Итого			522	16,4	14,5	47,7	391	3
II Завтрак								
2008		ГРУША	200	0,8	0,6	20,6	94	10
Итого			200	0,8	0,6	20,6	94	10
Обед								
		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	30					0
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И С МЯСОМ	300/20	8,5	10,9	10,4	175	14,3
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	150/50	23,1	29,3	17,2	424	0,62
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,9	3,6	62	1,01
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,6	0,9	42,4	204	0
Итого			900	40,1	46,2	93,4	951	19,93
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	110	6,7	5,5	33,8	210	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	4,9	7,2	92	0,8
Итого			260	11,2	10,4	41	302	0,9
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	200	3,7	10,8	35,8	255	0
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0,7	1,9	2,7	38	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	26,4	108	3
2008		БАТОН	100					0
Итого			550	4,5	12,8	64,9	401	3
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	200	6,4	6	8	114	0
Итого			200	6,4	6	8	114	0
Всего				79,4	90,5	275,6	2253	36,83

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
 /И.О. дир. детского дома Кузьмичёва Е. В./

МЕНЮ
 17 августа 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	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
Итого			527	16,5	14,7	48,7	397	3
II Завтрак								
2008		ГРУША	198	0,8	0,6	20,4	93	9,9
Итого			198	0,8	0,6	20,4	93	9,9
Обед								
		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	30					0
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И С МЯСОМ	300/20	8,4	13,6	11	200	15,2
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	160/50	24,4	33,1	23,2	488	0,72
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	90	1,7	9	6,6	112	1,84
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,6	0,9	42,4	204	0
Итого			950	42,1	56,8	103	1090	21,76
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	225	16,8	27,9	45,1	497	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	152	4,5	4,9	7,3	93	0,8
Итого			377	21,3	32,8	52,4	590	0,8
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	235	8	14,6	40,1	323	0
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	55	1,4	1,6	7,2	52	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	26,4	108	3
2008		БАТОН	100					0
Итого			590	9,5	16,3	73,7	483	3
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	200	6,4	6	8	114	0
Итого			200	6,4	6	8	114	0
Всего				96,6	127,2	306,2	2767	38,46

Мед.сестра _____ Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар _____ Платонова Е. С. Киселева В.М.