

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

МЕНЮ

4 декабря 2022 г.

0-3 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	7,7	12,6	42,2	312	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	4,1	3,4	19,9	128	0,6
2008		БАТОН	30					0
Итого			357	11,9	24,3	62,2	515	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	150/100	1,4	0,4	33,6	144	3,6
Итого			250	1,4	0,4	33,6	144	3,6
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	150/20	5,1	10,7	16,1	180	4,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	70	9,4	23,8	13,1	304	17,8
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150/12	0,2		11,3	47	4,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			462	16,9	34,8	53,7	596	28,5
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		9,9	40	0,02
2008		ЯБЛОКИ	97	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Итого			289	1,3	1,4	42,6	192	9,72
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	65	6,6	10,1	7,4	147	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	9,2	20,9	178	10,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/10			9,7	39	0
2008		БАТОН	30					0
Итого			405	9,7	19,3	38	364	10,6
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	155	5	4,7	6,2	88	0
Итого			155	5	4,7	6,2	88	0
Всего				46,2	84,9	236,3	1899	53,62

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

/Царёва Л.А./

МЕНЮ

4 декабря 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		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	185	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	210	6,3	8,5	28,7	217	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,8	3,3	20,6	128	0,6
2008		БАТОН	86					0
Итого			506	10,2	20,1	49,4	420	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25	0,6	0,1	2,4	13	2,3
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И С МЯСОМ	250/20	6,8	5,9	20,3	163	6,6
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	90	13,3	18,4	15,4	282	24,2
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,2		25,7	105	13
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	70	5,4	0,7	34,7	167	0
Итого			655	26,3	25,1	98,5	730	46,1
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/12	0,1		11,7	49	0,72
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			327	1,3	1,4	44,7	202	10,72
Ужин								
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	40	8,2	0,5	0,2	39	0,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,6	21,8	150	10,5
2008	440	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		БАТОН	73					0
Итого			463	11,4	6,1	31,7	228	10,7
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	174	5,6	5,2	7	99	0
Итого			174	5,6	5,2	7	99	0
Всего				55,8	58,1	251,1	1765	72,72

Мед.сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.