

МЕНЮ
10 декабря 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		
Завтрак								
			10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)					217	0,4
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	3,4	10,4	27,4	92	0,52
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	2,6	2,8	14		0
2008		БАТОН	37				384	0,92
2008			364	6,1	21,5	41,5		
Итого								
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	150/180	1,9	0,6	48,4	208	4,2
			330	1,9	0,6	48,4	208	4,2
Итого								
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	38	0,4	0,1	1,4	9	9,5
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200/20	7,5	12	13,4	191	7,6
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ (СОТЭ)	60/50	12,5	20,2	6,9	272	8,6
2008	209	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	160	5,8	5	33,2	202	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ.С	150/12			10,6	43	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008			710	27,5	37,5	74	758	26,1
Итого								
Полдник								
1996	286	ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ	125/5	12,8	30,5	1,8	330	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	133	4	4,4	6,4	82	0,7
2008		ГРУША	846	3,4	2,5	87,1	398	42,3
2008			1109	20,2	37,4	95,3	810	43,1
Итого								
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,2		0,3	3	1
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	11,1	25,4	23,5	366	11,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		9,9	40	0,02
2008		БАТОН	37					0
2008			369	11,4	25,4	33,7	409	12,72
Итого								
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	154	4,9	4,6	6,2	88	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
2008			194	7,9	8,5	36	255	0
2008				75	130,9	328,9	2824	87,04
Итого								
Всего								

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

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

МЕНЮ

10 декабря 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,6	7,1	29,6	202	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,5	3,4	23,9	141	0,5
2008		БАТОН	48					0
Итого			446	8,2	18,8	53,6	418	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	202	1	0,2	19,8	86	4
Итого			202	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,2	7	7,6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ	200	6,9	6,2	10	124	9,2
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/50	14,4	12,3	3,5	199	10,6
2008	181	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	155	5,2	4,6	33,5	197	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	16,2	66	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			755	29,5	23,7	81,4	675	28,1
Полдник								
1996	286	ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ	105/5	11,5	20,3	1,5	235	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,3	5,8	8,5	109	1
2008		ЯБЛОКО	107	0,4	0,4	10,5	51	10,7
Итого			396	17,2	26,5	20,5	395	11,8
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2		0,4	3	1,3
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ С МЯСОМ	185	11,7	16,8	30,2	319	15,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15	0,1		11,9	49	0,82
2008		БАТОН	32					0
Итого			457	12	16,8	42,5	371	17,22
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	154	4,9	4,6	6,2	88	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	37	2,8	3,6	27,5	154	0
Итого			191	7,7	8,2	33,7	242	0
Всего				75,6	94,2	251,5	2187	62,12

Мед сестра

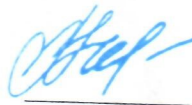
Куц

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

10 декабря 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,6	6,7	29,2	197	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,4	3,3	15,9	108	0,5
2008		БАТОН	106					0
Итого			504	8,1	18,3	45,2	380	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	202	1	0,2	19,8	86	4
Итого			202	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,8	0,1	2,7	17	17,5
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	250/20	7,6	7,7	12,8	153	11,6
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	12,6	14,1	1,9	202	9,4
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	175	6,4	5,5	36,3	221	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	16,5	68	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163	0
Итого			895	32,8	28,2	104,1	824	39,2
Полдник								
1996	286	ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ	110/5	11,6	20,3	1,5	237	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	135	4	4,4	6,5	83	0,7
2008		ЯБЛОКО	108	0,4	0,4	10,6	51	10,8
Итого			358	16	25,1	18,6	371	11,6
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2		0,4	3	1,3
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ С МЯСОМ	185	12	16,8	30,2	321	15,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/12/7	0,2		11,8	49	1,22
2008		БАТОН	106					0
Итого			520	12,4	16,8	42,4	373	17,62
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	164	5,3	4,9	6,6	94	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	37	2,8	3,6	27,5	154	0
Итого			201	8,1	8,5	34,1	248	0
Всего				78,4	97,1	264,2	2282	73,42

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

Повар Платонова Е. С. Киселева В.М.