

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом
/Царёва Л.А./



МЕНЮ

11 декабря 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)	20	5	5,1		67	0,1
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	190/35	8,1	26,5	35	428	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	2,3	2,5	13,6	87	0,42
2008		БАТОН	25					0
Итого			432	15,4	34,1	48,6	582	0,52
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	97/100	1	0,6	27,9	125	10,3
Итого			197	1	0,6	27,9	125	10,3
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	70	0,5	10	12,8	144	2
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200/20	6,6	20,4	15,9	273	7,8
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	65	6,6	10,1	7,4	147	0,4
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	85	1,5	8,4	6,2	105	1,72
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	175	4,3	7,4	38,4	238	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,9	65	3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			785	21,6	56,7	104,1	1013	14,92
Полдник								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ, БАТОН	105/17	1,7	10,3	13,6	154	7,9
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	45	0,1		12,8	52	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/12/8	0,2		10,1	42	1,02
Итого			337	2	10,3	36,5	248	8,92
Ужин								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	38	0,4	0,1	1,4	9	9,5
2008	260	АЗУ	205	15,4	20,7	23,2	341	8,4
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	155/10	0,1	0,1	19,8	81	1
2008		БАТОН	25					0
Итого			433	15,9	20,9	44,4	431	18,9
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК, СУХАРИ	119/30	5,5	6,2	32,5	208	0
Итого			149	5,5	6,2	32,5	208	0
Всего				61,4	128,8	294	2607	53,56

Мед.сестра Кузнец Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куш С.В.

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

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

МЕНЮ

11 декабря 2022 г.

3-7 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)	16	4,1	4,2		55	0,1
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	185/40	4,4	13,9	34,7	298	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180/12	3,1	3	15,5	103	0,4
2008		БАТОН	33					0
Итого			466	11,6	21,1	50,2	456	0,5
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	43	59,9
Итого			100	0,9	0,2	8,1	43	59,9
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	80	0,8	1	6,2	38	3,2
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200/20	7,1	8,4	16,8	173	8,4
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	8,2	3,9	4,4	85	0,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	45	0,8	4,4	3,2	55	0,9
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	170	4,1	7,1	36,7	227	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	202	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,6	71	0
Итого			822	24,3	25,3	101,7	735	16,6
Полдник								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ, БАТОН	140/15	2,4	4,9	19,1	132	11
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	0,1		15,1	61	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,2		15,3	63	1,22
Итого			412	2,7	4,9	49,5	256	12,22
Ужин								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,8	0,1	2,7	17	17,5
2008	260	АЗУ	190	14,2	15,9	17,2	269	8,2
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200/12	0,1	0,1	20,4	84	1,2
2008		БАТОН	33					0
Итого			505	15,1	16,1	40,3	370	26,9
II Ужин								
2008		СНЕЖОК, СУХАРИ	137/30	5,9	6,7	34,5	222	0
Итого			167	5,9	6,7	34,5	222	0
Всего				60,5	74,3	284,3	2082	116,12

Мед сестра

Куц

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

