

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	10,6	27,4	1,6	294	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	2,9	3,1	14,5	98	0,52
2008		БАТОН	35					0
Итого			332	13,6	38,8	16,2	467	0,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	160/90	1,3	0,4	32,8	140	3,8
Итого			250	1,3	0,4	32,8	140	3,8
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	13	0,4		0,8	5	0,5
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с курицей	150/20	8,3	14	13,6	213	7
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	7,4	10,2	7,4	151	0,4
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	155	2,1	8,4	21,6	170	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150/12	0,1	0,1	11,3	47	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			590	19,6	32,9	63,2	627	8,6
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	120	15,2	17,8	44,1	397	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	104	3,1	3,4	5	64	0,6
2008		БАНАН	119	1,8	0,6	25	114	11,9
Итого			343	20,1	21,8	74,1	575	12,5
Ужин								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	215	11	33	16,7	409	14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		9,9	40	0,02
2008		БАТОН	35					0
Итого			412	11,1	33	26,6	449	14,02
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	165	5,3	5	6,6	94	0
2008		ПРЯНИКИ	20	1,2	0,9	15	73	0
Итого			185	6,5	5,9	21,6	167	0
Всего				72,2	132,8	234,5	2425	39,54

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

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

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СОСИСКОЙ	100	13,1	23,6	1,6	270	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	5,3	4,6	16,3	130	0,5
2008		БАТОН	45					0
Итого			365	18,5	36,5	18	475	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	212	1	0,2	19,8	86	4
Итого			212	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	31	0,9	0,1	1,9	12	1,2
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с курицей	200/25	7	7,8	16,9	166	8,6
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	8,9	9	4,3	133	0,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	65	1,2	6,5	4,8	81	1,32
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	160/5	3,9	4,6	40,9	220	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ.С	200/20	0,2	0,2	19,3	80	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			821	24,7	28,6	105,1	774	12,82
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	100	6,7	6,5	40,6	247	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	145	4,3	4,8	7	89	0,8
2008		БАНАН	183	2,7	0,9	38,4	175	18,3
Итого			428	13,7	12,2	86	511	19,1
Ужин								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	215/5	15,3	22,2	15,6	323	13,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,1		15,7	63	0,02
2008		БАТОН	45					0
Итого			465	15,4	22,2	31,3	386	13,52
II Ужин								
2008		КЕФИР	165	5,3	5	6,6	94	0
2008		ПРЯНИКИ	27	1,6	1,3	20,3	99	0
Итого			192	6,9	6,3	26,9	193	0
Всего				80,2	106	287,1	2425	50,04

Мед.сестра

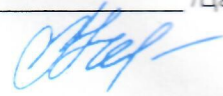
Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

Утверждаю

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



МЕНЮ

16 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)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СОСИСКОЙ	115	13,1	24,3	1,6	278	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/10	5,3	4,6	16,3	130	0,5
2008		БАТОН	101					0
Итого			436	18,5	37,2	18	483	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	212	1	0,2	19,8	86	4
Итого			212	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАН.	18	0,6		1,2	7	0,7
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с курицей	250/25	8,3	7,6	20,7	187	10,4
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	10,2	8,5	5,4	139	0,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	65	1,2	6,6	4,8	82	1,34
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	195/7	4,7	6,5	49,1	273	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ С	200/15	0,2	0,2	18,6	78	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163	0
Итого			945	30,5	30,1	133,7	929	14,14
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	100	6,9	7,2	42,6	222	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	154	4,6	5	7,4	95	0,8
2008		БАНАН	243	3,6	1,2	51	233	24,3
Итого			497	15,1	13,4	101	550	25,1
Ужин								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	265	17,1	22,1	23,6	362	26,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		12,5	51	0,02
2008		БАТОН	101					0
Итого			563	17,2	22,1	36,1	413	26,62
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	198	6,3	6	7,9	113	0
2008		ПРЯНИКИ	32	1,9	1,5	23,9	117	0
Итого			230	8,2	7,5	31,8	230	0
Всего				90,5	110,5	340,4	2691	70,46

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

Повар  Платонова Е. С. Киселева В. М.