

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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	5,9	11,7	34,2	265	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	3,5	2,8	19	116	0,5
2008		БАТОН	32					0
Итого			359	9,5	22,8	53,3	456	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	150/90	1,3	0,4	31,8	136	3,6
Итого			240	1,3	0,4	31,8	136	3,6
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ЛУК РЕПЧАТЫЙ	50	0,6	0,1	2,3	13	3,2
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	200/20	6,8	12	18,3	206	5,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	75	9,6	23,8	13,4	306	19,3
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150/12	0,2		11,3	47	4,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			527	18,5	36,1	53,8	613	32,8
Полдник								
2008		ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		9,9	40	0,02
2008		ЯБЛОКИ	79	0,3	0,3	7,8	37	7,9
Итого			281	1,5	1,6	48,6	219	7,92
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	65	6,6	10,1	7,4	147	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	4	10,2	22,3	196	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/10			9,7	39	0
2008		БАТОН	32					0
Итого			412	10,6	20,3	39,4	382	10,8
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	165	5,3	5	6,6	94	0
Итого			165	5,3	5	6,6	94	0
Всего				46,7	86,2	233,5	1900	56,12

Мед сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е.С. Киселева В.М.

МЕНЮ

18 декабря 2022 г.

3-7 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	190	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,8	7,6	30,3	214	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/15	2,9	2,8	17,8	109	0,5
2008		БАТОН	41					0
Итого			466	8,8	18,7	48,2	398	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		ЛУК РЕПЧАТЫЙ РЕЗАНЫЙ ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	0,8	0,1	2,9	16	3,4
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И С МЯСОМ	200/20	5,1	5,9	16,6	142	5,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	190/5	11,5	15,7	15,7	252	25
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200/20	0,3	0,1	21,6	89	6,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			710	20,3	22,2	73,8	581	40,8
Полдник								
2008		ВАФЛИ	58	1,6	1,9	44,8	205	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		11,8	48	0,02
2008		ЯБЛОКО	78	0,3	0,3	7,7	37	7,8
Итого			333	2	2,2	64,3	290	7,82
Ужин								
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	70	13,9	0,8	0,4	65	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	175/5	4,4	7,1	26,5	187	12,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/20			19,4	77	0
2008		БАТОН	41					0
Итого			511	18,3	7,9	46,3	329	12,9
II Ужин								
2008		КЕФИР	165	5,3	5	6,6	94	0
Итого			165	5,3	5	6,6	94	0
Всего				55,7	56,2	259	1778	66,52

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
 18 декабря 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	185	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	210	5,8	9,4	28,1	221	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,3	2,8	19,9	119	0,5
2008		БАТОН	91					0
Итого			511	9,2	20,5	48,1	415	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		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ЛУК РЕПЧАТЫЙ	45	0,7		2,5	14	3,1
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И С МЯСОМ	250/20	6,8	5,9	20,4	163	6,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	90	13,2	19,2	15,7	290	25
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,2		21	86	4,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	65	5,3	0,7	33,9	163	0
Итого			670	26,2	25,8	93,5	716	39,6
Полдник								
2008		ВАФЛИ	35	1	1,2	27,4	126	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		КИВИ	91					0
Итого			326	1,2	1,3	42,4	186	0
Ужин								
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	50	10	0,6	0,3	47	0,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	195	4,6	7,1	29,3	200	14
2008	440	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200					0
2008		БАТОН	91					0
Итого			536	14,6	7,7	29,6	247	14,2
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	198	6,3	6	7,9	113	0
Итого			198	6,3	6	7,9	113	0
Всего				58,5	61,5	241,3	1763	58,8

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

Повар Платонова Е.С. Киселева В.М.