

Утверждаю

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

МЕНЮ
 19 декабря 2022 г.

0-3 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5	5,1		67	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	3,4	10,4	27,4	217	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	3,2	2,5	18,6	110	0,4
2008		БАТОН	35					0
Итого			372	11,6	18	46	394	0,9
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 СВЕЖИЙ	37	0,3		0,9	5	3,7
2008	107	СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	200/20	7,3	13,3	13,4	200	0,5
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	9,6	16,3	9,1	221	0,7
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	170	4,1	17,2	22	259	17,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С	150/10			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			707	23,3	47,1	67,8	785	22,6
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	105	6,3	21,7	3,5	232	0,7
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	133	4	4,4	6,4	82	0,7
Итого			238	10,3	26,1	9,9	314	1,4
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	220	17,1	29,5	30,3	454	8,84
2008		ЯБЛОКИ	62	0,2	0,2	6	29	6,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		9,9	40	0,02
2008		БАТОН	35					0
Итого			479	17,4	29,7	46,2	523	15,06
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК СУХАРИ	170	6,5	7,3	37,1	240	0
Итого			170	6,5	7,3	37,1	240	0
Всего				70,4	128,6	238,8	2392	43,56

Мед сестра

Саша

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Киселева

Платонова Е. С. Киселева В.М.

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

МЕНЮ

19 декабря 2022 г.

3-7 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	22	5,5	5,6		74	0,2
2008	183	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	4,3	6,9	30	201	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/15	3,3	3,4	21,6	131	0,6
2008		БАТОН	45					0
Итого			487	13,1	15,9	51,6	406	1,2
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		ЧЕСНОК ДОЛЬКАМИ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		0,5		1,7	9	1,7
2008	107	СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	200/20	7,5	7,9	13,1	154	5
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	9,3	11	5,2	156	0,3
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	160	4,4	5,8	23,5	166	25,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200			15,5	62	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,8	0,5	24,2	116	0
Итого			707	25,5	25,2	83,2	663	32,5
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	130	8,4	17,2	4,3	205	0,9
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	126	3,8	4,2	6,1	77	0,7
Итого			256	12,2	21,4	10,4	282	1,6
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	250	17,2	15,6	25,1	312	10,37
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/20	0,1		12,8	52	0,02
2008		БАТОН	45					0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			615	17,7	16	47,7	411	20,39
II Ужин								
2008		СНЕЖОК	172	4,3	4,5	18,9	132	0
2008		СУХАРИ	46	3,9	5	30,7	184	0
Итого			218	8,2	9,5	49,6	316	0
Всего				77,7	88,2	262,3	2164	59,69

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

19 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	22	5,7	5,8		76	0,2
2008	183	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,3	7,3	28,6	199	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,6	20,4	119	0,4
2008		БАТОН	101					0
Итого			523	13,1	15,7	49	394	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 СВЕЖИЙ ЧЕСНОК	40	0,7		2,3	12	4,8
2008		СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	250/20	8,6	7,9	14,8	166	4,9
2008	288	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	80	8,8	10,1	2,3	135	0,8
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	190	5	7	27,6	195	27,4
2008	440	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			12,3	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	64	4,2	0,6	27	130	0
Итого			844	27,3	25,6	86,3	687	37,9
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	145	11,1	21,4	4,6	256	0,9
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	134	4	4,4	6,4	82	0,7
Итого			279	15,1	25,8	11	338	1,6
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	250	17,4	16	25,8	318	10,86
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		12,5	51	0,02
2008		ЯБЛОКИ	135	0,5	0,5	13,2	64	13,5
2008		БАТОН	101					0
Итого			683	18	16,5	51,5	433	24,38
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	193	4,8	5	21,2	149	0
2008		СУХАРИ	46	3,9	5	30,7	184	0
Итого			239	8,7	10	51,9	333	0
Всего				83,2	93,8	269,5	2271	68,88

Мед.сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е.С. Киселева В.М.