

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

МЕНЮ

20 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	2,3	10,6	13,5	158	0,4
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	2,9	3,1	14,5	98	0,52
2008		БАТОН	32					0
Итого			359	5,3	22	28,1	331	0,92
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	65	1,7	9,7	7,8	127	5,6
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200/20	6,6	12,5	15,8	200	7,8
2008	279	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	70	14,1	20,5	0,4	241	0
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	4,6	9,9	27,7	221	28,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	150/10			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			685	28,3	52,8	69,9	869	42
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	120	10,5	23,1	50,5	450	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	104	3,1	3,4	5	64	0,6
2008		ЯБЛОКО	97	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Итого			321	14	26,9	65	560	10,3
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	19	0,1		0,5	3	1,9
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	55/30	13,7	10,6	10,6	207	12,4
2008	209	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	160	5,8	5	33,2	202	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	155/10	0,1	0,1	19,8	81	1
2008		БАТОН	32					0
Итого			461	19,7	15,7	64,1	493	15,3
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	104	3,3	3,1	4,2	59	0
2008		ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142	0
Итого			144	4,4	4,4	35,1	201	0
Всего				73	122,2	294	2590	72,12

Мед сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

МЕНЮ

20 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)	9	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,6	7,4	8,6	113	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5	4,5	19,4	140	0,5
2008		БАТОН	41					0
Итого			450	7,7	20,2	28,1	328	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	147	0,8	0,2	14,9	65	3
Итого			147	0,8	0,2	14,9	65	3
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	4,2	8,1	10,1	130	0
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200/20	6,8	6,4	15,4	146	7,7
2008	278	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	65	10,1	16,4	2	195	1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	145/5	3,5	5,6	15,2	127	30,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			14	56	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	79	0
Итого			774	27,2	36,8	73,2	733	39,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	105	8,2	7	56,8	322	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	144	4,3	4,8	7	89	0,8
2008		ЯБЛОКО	103	0,4	0,4	10,1	48	10,3
Итого			352	12,9	12,2	73,9	459	11,1
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	26	0,2		0,6	4	2,6
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	65/30	16,6	9,5	3,5	185	13,1
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	30,9	188	0
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	22,5	91	0,8
2008		БАТОН	41					0
Итого			512	22,3	14,3	57,5	468	16,5
II Ужин								
2008		КЕФИР	156	5	4,7	6,2	89	0
2008		ВАФЛИ	43	1,2	1,4	33,5	153	0
Итого			199	6,2	6,1	39,7	242	0
Всего				77,1	89,8	287,3	2295	71,2

Мед.сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

МЕНЮ

20 декабря 2022 г.

7-11 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,7	7,5	8,5	113	0,5
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	4,4	19	137	0,5
2008		БАТОН	92					0
Итого			541	12,7	24,8	27,9	388	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	194	1	0,2	19,8	86	4
Итого			194	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	1,4	4,1	7,3	73	3,7
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250/20	7,2	7,9	19,2	177	9,6
2008	278	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	75	10,5	17,1	2,2	203	1,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	175	4,4	5,8	19	149	37,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			13,7	55	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	78	5,1	0,7	32,9	158	0
Итого			848	28,6	35,6	94,3	815	51,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	100	7,3	6,1	55,5	310	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	142	4,3	4,7	6,9	87	0,8
2008		ЯБЛОКО	205	0,8	0,8	20,1	96	20,5
Итого			447	12,4	11,6	82,5	493	21,3
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	26	0,2		0,6	4	2,6
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75/30	16,2	9,2	3,2	180	12,7
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	175	6,4	5,5	36,6	223	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	22,4	91	0,8
2008		БАТОН	92					0
Итого			598	22,9	14,8	62,8	498	16,1
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	208	6,6	6,2	8,3	118	0
2008		ВАФЛИ	43	1,2	1,4	33,5	153	0
Итого			251	7,8	7,6	41,8	271	0
Всего				85,4	94,6	329,1	2551	94,2

Мед. сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.