

МЕНЮ

22 декабря 2022 г.

0-3 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	6,2	11,6	34	264	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	4,7	4,1	20,8	139	0,7
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	35/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			402	15,9	28,5	55,2	539	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	230	2	0,6	51,4	221	4,8
Итого			230	2	0,6	51,4	221	4,8
Обед								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	29	0,3	0,1	1,1	7	7,1
2008	92	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	210/20	6,8	12,4	14,7	195	7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, МЯСНОЕ ПЮРЕ, ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	185/100/100	13,6	17,8	28,3	326	12,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С	150/10			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАН.	30/15	2	0,3	12,7	61	0
Итого			849	22,7	30,6	66,5	628	26,6
Полдник								
2008	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	165	18,2	28,8	59,2	566	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/7	0,3		10,4	44	1,44
2008		БАНАН	112	1,7	0,6	23,5	108	11,2
Итого			449	20,2	29,4	93,1	718	12,84
Ужин								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	235	17,3	38,3	27,2	522	25,66
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150/12	0,1	0,1	11,3	47	0,7
2008		БАТОН	35					0
Итого			432	17,4	38,4	38,5	569	26,36
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	155	4,9	4,6	6	86	0
Итого			155	4,9	4,6	6	86	0
Всего				83,1	132,1	310,7	2761	71,8

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

22 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)	11	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,3	9,6	27,1	221	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,8	4	20	132	0,7
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	45/45	5,5	4,9	0,3	68	0
Итого			513	15,7	26,8	47,5	496	1,3
II Завтрак								
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	243	1,2	0,2	24,6	105	4,9
Итого			243	1,2	0,2	24,6	105	4,9
Обед								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,3	0,1	1,1	7	7,4
2008	77	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	205/20/10	7,9	9,7	16,1	184	6,8
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	63	5,6	12,2	0,2	133	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,9	3,6	62	1,01
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	3,9	6,1	25,7	173	12,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/13			12,9	52	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАН.	44/15	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			820	21,5	33,4	78,4	702	27,71
Полдник								
2008	479	БАТРУШКА С ТВОРОГОМ	120	9,6	8,3	56,7	340	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/8	0,1		17,6	72	0,82
2008		БАНАН	114	1,7	0,6	24	110	11,4
Итого			457	11,4	8,9	98,3	522	12,32
Ужин								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	225	15,9	23,1	23	364	25,61
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/12	0,1	0,1	15,3	63	1
2008		БАТОН	45					0
Итого			482	16	23,2	38,3	427	26,61
II Ужин								
2008		КЕФИР	172	5,5	5,2	6,9	98	0
Итого			172	5,5	5,2	6,9	98	0
Всего				71,3	97,7	294	2350	72,84

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

22 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)	11	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,8	4	19,6	130	0,7
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	101/45	5,5	4,9	0,3	68	0
Итого			369	9,4	17,2	20	273	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	243	1	0,2	19,8	86	4
Итого			243	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	70	0,8	0,1	2,7	17	17,6
2008	77	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	255/20/10	8,2	9,3	17,7	189	7,6
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	64	5,6	12,2	0,2	133	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,9	3,6	62	1,01
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	205	4,6	6,8	30,7	202	14,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/13			12,6	50	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАН.	87/15	5,8	0,8	36,9	177	0
Итого			989	25,9	34,1	104,4	830	41,11
Полдник								
2008	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	115	9	7,7	55,4	326	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,2		18,9	78	1,42
2008		БАНАН	229	3,4	1,1	48,1	220	22,9
Итого			551	12,6	8,8	122,4	624	24,42
Ужин								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	285	19,7	32,2	27,8	482	32
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/12	0,1	0,1	14,9	62	1
2008		БАТОН	101					0
Итого			598	19,8	32,3	42,7	544	33
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	230	7,3	6,9	9,2	131	0
Итого			230	7,3	6,9	9,2	131	0
Всего				76	99,5	318,5	2488	103,23

Мед.сестра

Саша

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Кис

Платонова Е. С. Киселева В.М.