

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	4,6	11,2	35,2	260	0,5
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	3,2	3,4	14,9	104	0,62
2008		БАТОН	37					0
Итого			364	7,9	22,9	50,2	439	1,12
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	160/180	1,9	0,6	49,4	212	4,4
Итого			340	1,9	0,6	49,4	212	4,4
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	38	0,4	0,1	1,4	9	9,5
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200/20	6,6	12,2	9,6	174	12
		МЯСНОЕ И ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	160/100	9,6	8,1	2,5	121	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	150/10	0,2	0,2	14,7	63	2,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			708	18,8	20,9	40,9	428	23,6
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	10,9	27,8	2,1	300	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	161	4,8	5,2	7,8	99	0,9
2008		ЯБЛОКО	132	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Итого			418	16,2	33,5	22,8	461	14,3
Ужин								
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	8,8	16,4	5,6	204	1
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	190	4,8	18,6	35,3	326	14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/12/8	0,2		10,1	42	1,02
2008		БАТОН	37					0
Итого			497	13,8	35	51	572	16,02
II Ужин								
2008	435	КЕФИР, ПЕЧЕНЬЕ	144/40	7,5	8,1	34,7	244	0
Итого			184	7,5	8,1	34,7	244	0
Всего				66,1	121	249	2356	59,44

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

24 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,2	9,1	31,7	231	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	215/12	5,7	5	18,9	146	0,6
2008		БАТОН	104					0
Итого			541	11	22,4	50,7	452	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	213	1	0,2	19,8	86	4
Итого			213	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	66	0,7	0,1	2,5	16	16,6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	250/20	8,4	9,7	14,4	179	17,2
2008	444	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	205/35	19,2	21,5	108,6	704	0,77
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/13	0,2	0,2	17,1	72	1,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	94	6,3	0,8	40	193	0
Итого			883	34,8	32,3	182,6	1164	36,37
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	13,6	24,2	2,2	281	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	164	4,9	5,3	7,9	100	0,9
2008		АПЕЛЬСИН	128	1,2	0,3	10,4	55	77
Итого			402	19,7	29,8	20,5	436	78,1
Ужин								
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	10,4	12,9	1,9	166	0,6
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	210	4,5	11,5	35,2	263	16,3
2008	431	ЧАЙ С КОНФЕТАМИ И ЛИМОНОМ	185/30/7	1,3		32,4	136	1,42
2008		БАТОН	104					0
Итого			626	16,2	24,4	69,5	565	18,32
II Ужин								
2008	435	КЕФИР, ПЕЧЕНЬЕ	213/37	9,5	9,9	35	270	0
Итого			250	9,5	9,9	35	270	0
Всего				92,2	119	378,1	2973	137,99

Мед.сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.