

МЕНЮ

26 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МОЛОКОМ	155	7,2	11,9	35,6	277	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,2	1,3	16,7	87	0,2
2008		БАТОН	37					0
Итого			352	9,5	21,5	52,4	439	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,9	65	3
Итого			150	0,8	0,2	14,9	65	3
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	13	0,4		0,8	5	0,5
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/20	6,1	12,2	9	168	0,8
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	65	5,6	10	10,9	156	0,6
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,1	17,3	19,9	246	9,6
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			618	17,2	39,8	63	675	11,5
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	114	3,4	3,7	5,4	70	0,6
2008		ЯБЛОКО	563	2,3	2,3	55,2	265	56,3
Итого			727	9,5	10,9	97,8	544	56,9
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	40	0,3		0,7	5	2
2008	196	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ	175	9	22,4	40,7	398	0,2
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150/12	0,2	0,2	13,9	59	1,8
2008		БАТОН	37					0
Итого			414	9,5	22,6	55,3	462	4
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	95	3	2,9	3,8	54	0
Итого			95	3	2,9	3,8	54	0
Всего				49,5	97,9	287,2	2239	76

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

26 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	200/5	9,8	9,7	40,8	291	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,4	1,7	18,4	99	0,3
2008		БАТОН	47					0
Итого			462	12,3	19,7	59,3	465	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	202	1	0,2	19,8	86	4
Итого			202	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	26	0,8	0,1	1,6	10	1
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/25	6,3	7,6	12,9	146	0,6
2008	231	РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	75/50	6,6	3,6	2,4	68	0,5
2008	123	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	170/5	3,9	5,6	22,3	155	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С	200/20			15	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			818	20,7	17,3	74	534	12,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	165	4,9	5,4	8	102	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ	44	3,3	4,4	33,1	185	0
2008		АПЕЛЬСИН	144	1,3	0,3	11,7	62	86,3
Итого			353	9,5	10,1	52,8	349	87,2
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНый	53	0,4	0,1	0,9	7	2,7
2008	196	ПУДИНГ РИСОВый С МЯСОМ	200/5	12	12,3	31,8	287	0,3
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,2	0,2	18,9	79	1,6
2008		БАТОН	47					0
Итого			505	12,6	12,6	51,6	373	4,6
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	189	6,1	5,7	7,6	108	0
Итого			189	6,1	5,7	7,6	108	0
Всего				62,2	65,6	265,1	1915	109,2

Мед сестра

Сахарова Е Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

МЕНЮ

26 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)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	200/5	9,7	11,4	37,1	290	0,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/15	4,3	4,5	22,8	150	0,8
2008		БАТОН	104					0
Итого			534	14,1	24,2	60	515	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	202	1	0,2	19,8	86	4
Итого			202	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	1,2
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25	6,9	8,6	15,6	167	0,7
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	85/50	14,1	7,3	5	143	1,3
2008	123	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200/7	4,6	7,6	27	196	12,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С	200/20			15	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	94	6,3	0,8	40	193	0
Итого			961	32,8	24,4	104,5	771	15,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	220	6,5	7,2	10,6	135	1,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	44	3,3	4,4	33,1	185	0
2008		АПЕЛЬСИН	144	1,3	0,3	11,7	62	86,3
Итого			408	11,1	11,9	55,4	382	87,5
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЬЙ	53	0,4	0,1	0,9	7	2,7
2008	196	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ	195/5	14,8	15	41,7	361	0,3
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,2	0,2	18,9	79	1,6
2008		БАТОН	104					0
Итого			557	15,4	15,3	61,5	447	4,6
II Ужин								
2008		КЕФИР	189	6,1	5,7	7,6	108	0
Итого			189	6,1	5,7	7,6	108	0
Всего				80,5	81,7	308,8	2309	113,6

Мед сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куш С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.