

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

МЕНЮ

30 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	155	4,5	10,9	26,5	221	0,4
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	2,6	2,8	14	92	0,52
2008		БАТОН	37					0
Итого			364	7,2	22	40,6	388	0,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	160/100	1,4	0,4	34,6	148	3,8
Итого			260	1,4	0,4	34,6	148	3,8
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	13	0,4		0,8	5	0,5
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/25	5,9	8,7	15,8	164	7,8
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	7,4	10,2	7,4	151	0,4
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	155	12,4	16,6	31	322	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТ.С	200/10	0,5	0,1	22,5	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			693	28,6	35,9	90,2	796	8,7
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	195/35	8,1	18,6	34,9	356	0
2008	431	ЧАЙ С МАРМЕЛАДОМ И ЛИМОНОМ	150/12/7	0,2		8,2	35	1,42
2008		БАНАН	98	1,5	0,5	20,6	94	9,8
Итого			497	9,8	19,1	63,7	485	11,22
Ужин								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, МЯНОЕ ПЮРЕ, ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	155/100/100	15	16,9	36,8	358	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150/12	0,1	0,1	11,3	47	0,7
2008		БАТОН	37					0
Итого			554	15,1	17	48,1	405	0,7
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	159	5,1	4,8	6,4	91	0
Итого			159	5,1	4,8	6,4	91	0
Всего				67,2	99,2	283,6	2313	25,34

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

30 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)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,7	8,4	21,6	182	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195/15	2,9	3,1	19,4	118	0,5
2008		БАТОН	47					0
Итого			467	7,7	19,8	41,1	375	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	213	1	0,2	19,8	86	4
Итого			213	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	35	1,1	0,1	2,2	14	1,4
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/25	5,9	4,2	15,9	125	7,9
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	80	9,7	0,6	0,3	45	0,2
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	45	0,8	4,6	3,3	57	0,93
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	155/5	3,7	5	39,1	216	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТ.С	200/12	0,4	0,1	21,7	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			804	24,7	15	102,3	642	10,43
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	220/50	4,5	13,5	35,1	303	0,1
2008	431	ЧАЙ С МАРМЕЛАДОМ И ЛИМОНОМ	185/30/7	0,2		23,5	97	1,12
2008		БАНАН	200	3	1	42	192	20
Итого			692	7,7	14,5	100,6	592	21,22
Ужин								
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133	0
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,6	4,8	31,9	194	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/12	0,1	0,1	14,2	59	1
2008		БАТОН	47					0
Итого			464	11,3	17,1	46,3	386	1
II Ужин								
2008		КЕФИР	159	5,1	4,8	6,4	91	0
Итого			159	5,1	4,8	6,4	91	0
Всего				57,5	71,4	316,5	2172	37,65

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

30 декабря 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ 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	200	4,7	8,4	21,6	182	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195/15	3,1	3,2	19,5	121	0,5
2008		БАТОН	104					0
Итого			524	7,9	19,9	41,2	378	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	213	1	0,2	19,8	86	4
Итого			213	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАН	22	0,7		1,4	8	0,9
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25	7,3	3,9	19,7	144	9,8
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	100	12,2	0,7	0,6	57	0,5
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	45	0,8	4,6	3,3	57	0,93
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	185	4,4	5,9	46,4	257	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТ С	200/12	0,4	0,1	21,7	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	94	6,3	0,8	40	193	0
Итого			933	32,1	16	133,1	806	12,13
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	220/50	4,5	13,5	35,1	303	0,1
2008	431	ЧАЙ С МАРМЕЛАДОМ И ЛИМОНОМ	185/30/7	0,2		23,5	97	1,12
2008		БАНАН	200	3	1	42	192	20
Итого			692	7,7	14,5	100,6	592	21,22
Ужин								
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133	0
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,6	37,1	225	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/12	0,1	0,1	14,2	59	1
2008		БАТОН	104					0
Итого			546	12,2	17,9	51,5	417	1
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	212	6,8	6,4	8,5	121	0
Итого			212	6,8	6,4	8,5	121	0
Всего				67,7	74,9	354,7	2400	39,35

Мед сестра _____

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар _____

Платонова Е. С. Киселева В.М.