









Утверждаю

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

## МЕНЮ

12 февраля 2023 г.

7-11 лет

Кор- тик рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	185	КАША ПШЕННАЯ С маслом	210	6,5	12,3	26,5	242	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,9	3,4	28,5	161	0,6
2008		БАТОН	92					0
<b>Итого</b>			<b>512</b>	<b>10,5</b>	<b>24</b>	<b>55,1</b>	<b>478</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	216	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>216</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,2		0,4	3	1,3
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И С МЯСОМ	250/20	6,9	6,5	20,4	169	6,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	95	17,1	22,1	15,6	331	24,3
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,2		3,8	18	5,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	96	6,3	0,8	40,5	195	0
<b>Итого</b>			<b>687</b>	<b>30,7</b>	<b>29,4</b>	<b>80,7</b>	<b>716</b>	<b>37,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	250	2,8	10,3	16,8	173	11,8
2008		БАТОН	46					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15	0,1		2,4	11	0,82
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>596</b>	<b>3,3</b>	<b>10,7</b>	<b>29</b>	<b>231</b>	<b>22,62</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	71	0,8	0,1	2,7	17	17,7
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	40	7,3	0,4	0,3	35	0,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185	3,9	6,1	25,8	173	12,5
2008	440	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			2,1	9	0
2008		БАТОН	92					0
<b>Итого</b>			<b>588</b>	<b>12</b>	<b>6,6</b>	<b>30,9</b>	<b>234</b>	<b>30,4</b>
<b>II Ужин</b>								
2008	435	СНЕЖОК	200	5	5,2	22	154	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>7,3</b>	<b>8,1</b>	<b>44,3</b>	<b>279</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>64,8</b>	<b>79</b>	<b>259,8</b>	<b>2024</b>	<b>95,82</b>

Мед.сестра Куц С.В. Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар Платонова Е. С. Киселева В.М.