

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

# МЕНЮ

23 февраля 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,8	3,8		50	0,1
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	4,7	7,7	20,6	171	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/7	0,1		14,9	61	0,72
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	34/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			416	13,5	16	35,8	343	1,02
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	101	0,4	0,4	9,9	48	10,1
Итого			101	0,4	0,4	9,9	48	10,1
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	43	0,5	0,1	1,6	10	10,7
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ	200/20	9,8	9	14,7	179	3,8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	7,8	15,1	3,9	183	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	3	5,1	20,4	140	9,9
2008	402	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150/12	0,1		10,6	43	2,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30/15	2	0,3	12,7	61	0
Итого			675	23,2	29,6	63,9	616	27,2
<b>Полдник</b>								
2008		БАРНИ	30					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,8	0,2	14,9	65	3
2008		КИВИ	100					0
Итого			290	0,8	0,2	14,9	65	3
<b>Ужин</b>								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	65	10,6	6,6	0,2	103	0,2
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	4,4	5,2	18,3	139	26,6
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	145/10	0,1	0,1	15,1	62	0,7
2008		БАТОН	34					0
Итого			384	15,1	11,9	33,6	304	27,5
<b>II Ужин</b>								
2008	435	КЕФИР, ПРЯНИКИ	142/30	6,1	5,6	27,3	185	0
Итого			172	6,1	5,6	27,3	185	0
Всего				59,1	63,7	185,4	1561	68,82

Мед.сестра Куц С.В. 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**

23 февраля 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5	5,1		67	0,1
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,4	12,4	20,3	214	0,2
2008	431	ЧАЙ С ЗЕФИРОМ И ЛИМОНОМ	185/30/7	0,4		23,6	98	1,02
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	99/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			581	15,7	22	44,2	440	1,32
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94	20
Итого			200	0,8	0,8	19,6	94	20
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,8	0,1	2,7	17	17,5
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	250/20	11,1	9,1	19,2	204	4,8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	9,2	16,4	4	199	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185	4,8	10,4	28,7	226	13,4
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,1		15,7	64	3,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	99/15	6,5	0,9	41,9	201	0
Итого			919	32,5	36,9	112,2	911	39,5
<b>Полдник</b>								
2008		БАРНИ	30					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	216	1	0,2	19,8	86	4
2008		КИВИ	100					0
Итого			346	1	0,2	19,8	86	4
<b>Ужин</b>								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	75	13,7	3,7	2,8	97	0,21
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	185	4,9	14,4	16,5	217	38
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200/15	0,1	0,1	24,9	101	0,8
2008		БАТОН	99					0
Итого			574	18,7	18,2	44,2	415	39,01
<b>II Ужин</b>								
2008	435	КЕФИР, ПРЯНИКИ	189/50	9	8	44	285	0
Итого			239	9	8	44	285	0
Всего				77,7	86,1	284	2231	103,83

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

Повар Платонова Е. С. Киселева В.М.