

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

МЕНЮ

6 ноября 2022 г.

0-3 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	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	5,1	9	21,6	189	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	185/15	4	4,4	19,3	133	0,7
2008		БАТОН	35					0
Итого			400	9,2	21,7	41	397	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	147/100	1,3	0,3	33,2	143	3,5
Итого			247	1,3	0,3	33,2	143	3,5
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	16	0,1		0,4	2	1,6
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	200/20	7,1	7,3	15,6	158	5,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	70	12,1	15	12,5	234	16,9
		ОВОЩНОЕ ПЮРЕ МЯСНОЕ ПЮРЕ	80/127	12,1	10,2	3,2	154	0
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150/12	0,1		14,2	58	3,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,8	0,2	11,3	54	0
Итого			702	33,3	32,7	57,2	660	27,7
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		13,1	53	0,02
2008		ГРУША	174	0,7	0,5	17,9	82	8,7
Итого			366	3,1	3,4	53,3	260	8,72
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	50	5,6	3,5	2,8	66	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	3	6,8	18,7	148	8,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/13			12,9	52	0
2008		БАТОН	35					0
Итого			418	8,6	10,3	34,4	266	9,2
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	104	3,3	3,1	4,2	60	0
Итого			104	3,3	3,1	4,2	60	0
Всего				58,8	71,5	223,3	1786	50,32

Мед.сестра

Куца

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куца С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 ноября 2022 г.

3-7 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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	185	КАША ПШЕННАЯ	210	4,9	11	25	218	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	240	7	6,2	22,9	178	0,7
2008		БАТОН	44					0
Итого			504	12	25,5	48	471	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	197	1	0,2	19,8	86	4
Итого			197	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	31	0,2		0,8	4	3,1
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И С МЯСОМ	200/20	7,6	8,2	17,3	175	5,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	220/5	12,7	17,1	13,2	259	21,8
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200/20	0,2		16,7	69	4,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,4	93	0
Итого			742	23,7	25,7	67,4	600	35,2
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	47	3,5	4,6	35,1	197	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/20/7	0,1		19,6	79	0,02
2008		ГРУША	176	0,7	0,5	18,1	83	8,8
Итого			435	4,3	5,1	72,8	359	8,82
Ужин								
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	70	11,9	0,7	0,5	56	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165/5	2,9	6	18,5	140	8,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/20			15,2	61	0
2008		БАТОН	44					0
Итого			504	14,8	6,7	34,2	257	9,2
II Ужин								
2008		КЕФИР	157	5	4,7	6,3	89	0
Итого			157	5	4,7	6,3	89	0
Всего				60,8	67,9	248,5	1862	58,32

Мед.сестра Кузнец 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

6 ноября 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	185	КАША ПШЕННАЯ	200	4,9	10,9	24,7	216	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	240	6,6	6	22,1	170	0,7
2008		БАТОН	99					0
Итого			549	11,6	25,2	46,9	461	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	197	1	0,2	19,8	86	4
Итого			197	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,7	4	3
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И С МЯСОМ	250/20	8	7,3	20,7	181	6,8
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	220	12,5	18,1	12,7	265	21,9
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,2		16,1	66	4,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	90	6	0,8	38,2	184	0
Итого			810	26,9	26,2	88,4	700	36,3
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2008		ГРУША	176	0,7	0,5	18,1	83	8,8
Итого			406	3,2	3,5	55,4	268	8,8
Ужин								
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	80	14,2	0,8	0,6	67	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	3,7	6,6	23,2	168	11,1
2008	440	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			14,6	58	0
2008		БАТОН	99					0
Итого			569	17,9	7,4	38,4	293	11,5
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	209	6,7	6,3	8,4	119	0
Итого			209	6,7	6,3	8,4	119	0
Всего				67,3	68,8	257,3	1927	61,7

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

Повар Платонова Е. С. Киселева В.М.