

МЕНЮ

10 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)	13	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	7,2	9,2	32,2	241	0,6
		МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЛЬ	227					0
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	32/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			467	12,2	22	32,6	377	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	190	1,6	0,4	37,6	161	4,4
Итого			190	1,6	0,4	37,6	161	4,4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	4
2008	92	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	205/20	9,2	9	14,4	176	6,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, МЯСНОЕ ПЮРЕ	165/100/100	15,3	13,9	28,4	301	12,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	150/17			16,1	65	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	27/14	1,8	0,2	11,3	54	0
Итого			838	26,6	23,1	71,2	602	23,2
Полдник								
2008	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	110	10,1	10,6	43,2	308	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/7	0,2		19,8	81	0,92
2008		БАНАН	114	1,7	0,6	24	110	11,4
Итого			396	12	11,2	87	499	12,52
Ужин								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	235	21,2	24,8	20,9	392	23,81
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150/12	0,1	0,1	18	74	0,8
2008		БАТОН	32					0
Итого			429	21,3	24,9	38,9	466	24,61
II Ужин								
2008	435	КЕФИР, ПЕЧЕНЬЕ	126/35	6,4	7	30,1	211	0
Итого			161	6,4	7	30,1	211	0
Всего				80,1	88,6	297,4	2316	65,33

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

10 ноября 2022 г.

3-7 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)	13	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,9	12,9	34,1	283	0,7
2008	434	МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЛЬ	227					0
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	41/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			521	12,9	25,7	34,5	419	0,7
II Завтрак								
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	252	1,3	0,3	25,5	109	5,1
Итого			252	1,3	0,3	25,5	109	5,1
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	0,3		0,9	5	3,5
2008	77	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	215/20/10	9,6	10,9	15,6	198	6,3
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	49	5,6	12,2	0,2	133	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	55	1	5,2	3,8	65	1,06
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	4,2	5,7	28,4	182	13,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/12			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	45/14	3	0,4	19,1	92	0
Итого			845	23,7	34,4	82,6	733	24,66
Полдник								
2008	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	130	10,5	10,8	49	334	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/8	0,1		19,7	80	0,72
2008		БАНАН	114	1,7	0,6	23,9	109	11,4
Итого			467	12,3	11,4	92,6	523	12,32
Ужин								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	240	21,6	27,2	22,6	422	26,28
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/12	0,1	0,1	17,1	70	1
2008		БАТОН	41					0
Итого			493	21,7	27,3	39,7	492	27,28
II Ужин								
2008		КЕФИР, ПЕЧЕНЬЕ	151/35	7,3	7,8	31,3	228	0
Итого			186	7,3	7,8	31,3	228	0
Всего				79,2	106,9	306,2	2504	70,06

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

10 ноября 2022 г.

7-11 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 СЛИВОЧН., СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13/25	6,2	17,2	0,1	181	0,1
		МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЛЬ	227					0
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	91/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			396	11,1	21,7	0,4	242	0,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	252	1	0,2	19,8	86	4
Итого			252	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	79	0,6	0,1	2	11	7,9
2008	77	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	270/20	9,9	10,9	18,3	211	7,6
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,9	3,6	60	0,99
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	225	5	8	33,6	227	16,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/12			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	89/18	5,9	0,8	37,9	182	0
Итого			1013	27,9	36,9	110,2	882	32,79
Полдник								
2008	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	125	9,4	8,3	54,5	331	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,2		19,8	81	1,02
2008		БАНАН	228	3,4	1,1	47,9	219	22,8
Итого			560	13	9,4	122,2	631	24,02
Ужин								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	300	26,4	35,7	26,6	536	29,98
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/12	0,1	0,1	17,3	71	1,2
2008		БАТОН	91					0
Итого			603	26,5	35,8	43,9	607	31,18
II Ужин								
2008	435	КЕФИР, ПЕЧЕНЬЕ	202/35	8,9	9,3	33,3	257	0
Итого			237	8,9	9,3	33,3	257	0
Всего				88,4	113,3	329,8	2705	92,09

Мед.сестра

Саша

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова

Платонова Е. С. Киселева В.М.

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

МЕНЮ

10 ноября 2022 г.

Школа интернат


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		
Полдник								
2008	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	145	12,9	15,4	50,7	393	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,2		19,9	82	1,42
2008		БАНАН	227	3,4	1,1	47,8	218	22,7
Итого			579	16,5	16,5	118,4	693	24,32
Ужин								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	290	26,5	33,5	25,5	513	29,56
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200/12	0,1	0,1	12,6	53	1,2
2008		БАТОН	91					0
Итого			593	26,6	33,6	38,1	566	30,76
II Ужин								
2008	435	КЕФИР, ПЕЧЕНЬЕ	202/35	8,9	9,3	33,3	257	0
Итого			237	8,9	9,3	33,3	257	0
Всего				52	59,4	189,8	1516	55,08

Мед.сестра



Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар



Платонова Е. С. Киселева В.М.