

МЕНЮ

12 ноября 2022 г.

0-3 лет

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
Завтрак								
008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	5,4	8,4	28,7	212	0,7
008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/10	3,8	4,1	15,8	116	0,72
008		БАТОН	46					0
Итого			371	9,3	20,8	44,6	403	1,42
II Завтрак								
008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	150/100	1,4	0,4	33,6	144	3,6
Итого			250	1,4	0,4	33,6	144	3,6
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	33	0,4	0,1	1,3	8	8,3
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	150/20	6,8	7,6	11,4	143	6
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МЯСНОЕ ПЮРЕ	155	17	16,2	33,6	349	0,5
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ.С	150/12	0,1	0,1	11,3	47	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			555	26,6	24,3	72,4	618	15,5
Полдник								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	12,4	19,6	2,4	235	0,2
2008	429	ЧАЙ-ЗАВАРКА МАРМЕЛАД	50/30	0,1		23,3	95	0
2008		ЯБЛОКИ	101	0,4	0,4	9,9	48	10,1
Итого			306	12,9	20	35,6	378	10,3
Ужин								
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	7,3	10,8	2	133	0,5
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	130	2,6	13,5	19,5	208	9,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		9,9	40	0,02
2008		БАТОН	46					0
Итого			408	10	24,3	31,4	381	10,32
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	234	7,5	7	9,4	134	0
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого			254	8,1	7,7	24,9	205	0
Итого				68,3	97,5	242,5	2129	41,14


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

12 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,7	9,7	30,7	234	0,7
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	230	6	5,6	16,6	142	0,7
2008		БАТОН	59					0
Итого			499	11,8	23,6	47,4	451	1,4
II Завтрак								
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	28	0,3	0,1	1,1	7	7,1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ	200	6,8	6,3	10,4	127	8,5
2008	444	ОЛАДЬИ СО СГУЩКОЙ	160	24,8	34,1	142,4	976	1,47
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	18,6	77	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	75	4	0,5	25,4	122	0
Итого			663	36	41,1	197,9	1309	18,07
Полдник								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	130	12,7	22,5	2,6	264	0,2
2008	429	ЧАЙ-ЗАВАРКА МАРМЕЛАД	50/30	0,1		23,3	95	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			310	13,2	22,9	35,7	406	10,2
Ужин								
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	70	10,6	12,3		154	0
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	185	3,5	12	27,5	232	13,7
		МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЛЬ	200					0
2008		БАТОН	39					0
Итого			494	14,1	24,3	27,5	386	13,7
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	281	9	8,4	11,3	160	0
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого			311	9,8	9,4	34,5	266	0
Всего				85,9	121,5	363,2	2904	47,37

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

12 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,8	9,8	30,9	236	0,7
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	240	10,4	8,2	18,4	194	0,7
2008		БАТОН	131					0
Итого			581	16,3	26,3	49,4	505	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,8	0,1	2,6	17	17,4
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ	250/20	7,8	8,4	12,7	158	10,7
2008	444	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	155	18,1	27,7	94,8	700	1,06
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	17	70	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	150	8	1,1	51,2	247	0
Итого			845	34,8	37,4	178,3	1192	30,16
Полдник								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	80	22,1	29,5	2,4	365	0,3
2008	429	ЧАЙ-ЗАВАРКА МАРМЕЛАД	50/30	0,1		23,3	95	0
2008		ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			260	22,6	29,9	35,5	507	10,3
Ужин								
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	80	8	10	0,3	123	0,2
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	180	3,5	12	27,3	230	13,7
		МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЛЬ	200					0
2008		БАТОН	131					0
Итого			591	11,5	22	27,6	353	13,9
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	281	9	8,4	11,3	160	0
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого			311	9,8	9,4	34,5	266	0
Всего				96	125,2	345,1	2909	59,76

Мед.сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куш С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.