

**МЕНЮ**

22 ноября 2022 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              | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                      | 10         | 0,1               | 8,3          | 0,1          | 75                            | 0             |
| 2008              | 189           | КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ       | 155        | 2,6               | 10,9         | 13,9         | 164                           | 0,5           |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С МОЛОКОМ                         | 150/12     | 3,5               | 3,7          | 15,3         | 110                           | 0,62          |
| 2008              |               | БАТОН                                 | 37         |                   |              |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>364</b> | <b>6,2</b>        | <b>22,9</b>  | <b>29,3</b>  | <b>349</b>                    | <b>1,12</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                       |            |                   |              |              |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ          | 140/100    | 1,3               | 0,3          | 32,5         | 140                           | 3,4           |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>240</b> | <b>1,3</b>        | <b>0,3</b>   | <b>32,5</b>  | <b>140</b>                    | <b>3,4</b>    |
| <b>Обед</b>       |               |                                       |            |                   |              |              |                               |               |
| 2008              | 56            | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ                       | 65         | 1,7               | 9,7          | 7,8          | 127                           | 5,6           |
| 2008              | 92            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ              | 200/20     | 6,8               | 12,5         | 16,9         | 205                           | 8,3           |
| 2008              | 279           | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) | 85         | 11,1              | 17,8         | 0,4          | 206                           | 0             |
| 2008              | 131           | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                       | 170        | 5,2               | 10           | 29,2         | 230                           | 34,4          |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С   | 150/10     |                   |              | 9,7          | 39                            | 0             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 30         | 2                 | 0,3          | 12,7         | 61                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>730</b> | <b>26,8</b>       | <b>50,3</b>  | <b>76,7</b>  | <b>868</b>                    | <b>48,3</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |                                       |            |                   |              |              |                               |               |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                      | 123        | 3,7               | 4,1          | 5,9          | 76                            | 0,7           |
| 2008              |               | ЯБЛОКО                                | 97         | 0,4               | 0,4          | 9,5          | 46                            | 9,7           |
| 2008              | 451           | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ           | 135        | 9,3               | 13,4         | 56,5         | 382                           | 0,1           |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>355</b> | <b>13,4</b>       | <b>17,9</b>  | <b>71,9</b>  | <b>504</b>                    | <b>10,5</b>   |
| <b>Ужин</b>       |               |                                       |            |                   |              |              |                               |               |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                         | 40         | 5,1               | 4,6          | 0,3          | 63                            | 0             |
| 2008              | 190           | КАША "ДРУЖБА"                         | 185        | 4,9               | 10,8         | 33,6         | 252                           | 0,4           |
| 2008              | 405           | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                       | 155/10     | 0,1               | 0,1          | 18,9         | 77                            | 0,7           |
| 2008              |               | БАТОН                                 | 37         |                   |              |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>427</b> | <b>10,1</b>       | <b>15,5</b>  | <b>52,8</b>  | <b>392</b>                    | <b>1,1</b>    |
| <b>II Ужин</b>    |               |                                       |            |                   |              |              |                               |               |
| 2008              | 435           | КЕФИР, ПРЯНИКИ                        | 119/30     | 5,5               | 5            | 26,6         | 174                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>149</b> | <b>5,5</b>        | <b>5</b>     | <b>26,6</b>  | <b>174</b>                    | <b>0</b>      |
| <b>Всего</b>      |               |                                       |            | <b>63,3</b>       | <b>111,9</b> | <b>289,8</b> | <b>2427</b>                   | <b>64,42</b>  |

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

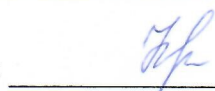
/Царёва Л.А./

# МЕНЮ

22 ноября 2022 г.

3-7 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              | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)            | 10         | 0,1               | 8,3         | 0,1          | 75                            | 0             |
| 2008              | 189           | КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ      | 200        | 3,3               | 9,3         | 9,5          | 136                           | 0,6           |
| 2008              | 433           | КАКАО С МОЛОКОМ             | 225        | 6,3               | 5,4         | 21,8         | 165                           | 0,6           |
| 2008              |               | БАТОН                       | 48         |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>483</b> | <b>9,7</b>        | <b>23</b>   | <b>31,4</b>  | <b>376</b>                    | <b>1,2</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                | 90         | 0,5               | 0,1         | 9,9          | 43                            | 2             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>90</b>  | <b>0,5</b>        | <b>0,1</b>  | <b>9,9</b>   | <b>43</b>                     | <b>2</b>      |
| <b>Обед</b>       |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 56            | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ             | 110        | 4,7               | 9,1         | 11,3         | 146                           | 0             |
| 2008              | 92            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ    | 200/20     | 7                 | 7           | 16,5         | 158                           | 8,2           |
| 2008              | 278           | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ             | 70         | 12,3              | 17,2        | 5,6          | 226                           | 1,1           |
| 2008              | 131           | КАПУСТА ТУШЕНАЯ             | 150/5      | 3,8               | 5,7         | 16,2         | 134                           | 32,6          |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200        |                   |             | 15,2         | 61                            | 0             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                 | 51         | 3,4               | 0,5         | 21,8         | 105                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>806</b> | <b>31,2</b>       | <b>39,5</b> | <b>86,6</b>  | <b>830</b>                    | <b>41,9</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 451           | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ | 100        | 5,4               | 3,8         | 53,9         | 270                           | 0,1           |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ            | 118        | 3,5               | 3,9         | 5,6          | 72                            | 0,6           |
| 2008              |               | ЯБЛОКО                      | 101        | 0,4               | 0,4         | 9,9          | 47                            | 10,1          |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>319</b> | <b>9,3</b>        | <b>8,1</b>  | <b>69,4</b>  | <b>389</b>                    | <b>10,8</b>   |
| <b>Ужин</b>       |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 190           | КАША "ДРУЖБА"               | 205        | 8,2               | 10,8        | 38,3         | 284                           | 0,9           |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ               | 40         | 6                 | 5,4         | 0,4          | 74                            | 0             |
| 2008              | 406           | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК             | 205        | 0,1               | 0,1         | 26,6         | 108                           | 0,7           |
| 2008              |               | БАТОН                       | 48         |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>498</b> | <b>14,3</b>       | <b>16,3</b> | <b>65,3</b>  | <b>466</b>                    | <b>1,6</b>    |
| <b>II Ужин</b>    |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              |               | КЕФИР, ПРЯНИКИ              | 178/27     | 7,3               | 6,6         | 26,9         | 198                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>205</b> | <b>7,3</b>        | <b>6,6</b>  | <b>26,9</b>  | <b>198</b>                    | <b>0</b>      |
| <b>Всего</b>      |               |                             |            | <b>72,3</b>       | <b>93,6</b> | <b>289,5</b> | <b>2302</b>                   | <b>57,5</b>   |

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

22 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  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)            | 10         | 0,1               | 8,3         | 0,1          | 75                            | 0             |
| 2008              | 189           | КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ      | 200        | 3,3               | 8,9         | 9,6          | 133                           | 0,6           |
| 2008              | 433           | КАКАО С МОЛОКОМ             | 225        | 6,2               | 5,3         | 21,5         | 163                           | 0,6           |
| 2008              |               | БАТОН                       | 106        |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>541</b> | <b>9,6</b>        | <b>22,5</b> | <b>31,2</b>  | <b>371</b>                    | <b>1,2</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                | 181        | 1                 | 0,2         | 19,8         | 86                            | 4             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>181</b> | <b>1</b>          | <b>0,2</b>  | <b>19,8</b>  | <b>86</b>                     | <b>4</b>      |
| <b>Обед</b>       |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 56            | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ             | 110        | 4,6               | 8,8         | 11           | 142                           | 0             |
| 2008              | 92            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ    | 250        | 7,4               | 7,5         | 19,9         | 179                           | 9,9           |
| 2008              | 278           | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ             | 75         | 11,7              | 17,2        | 5,7          | 224                           | 1,2           |
| 2008              | 131           | КАПУСТА ТУШЕНАЯ             | 185        | 4,6               | 7,8         | 19,3         | 169                           | 38,8          |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200        |                   |             | 15           | 60                            | 0             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                 | 101        | 6,7               | 0,9         | 42,9         | 206                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>921</b> | <b>35</b>         | <b>42,2</b> | <b>113,8</b> | <b>980</b>                    | <b>49,9</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 451           | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ | 95         | 5,1               | 3           | 54,8         | 266                           | 0,1           |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ            | 175        | 5,1               | 5,7         | 8,4          | 107                           | 1             |
| 2008              |               | ЯБЛОКО                      | 150        | 0,6               | 0,6         | 14,7         | 70                            | 15            |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>420</b> | <b>10,8</b>       | <b>9,3</b>  | <b>77,9</b>  | <b>443</b>                    | <b>16,1</b>   |
| <b>Ужин</b>       |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ               | 40         | 6                 | 5,4         | 0,4          | 74                            | 0             |
| 2008              | 190           | КАША "ДРУЖБА"               | 205        | 8,3               | 10,7        | 38,7         | 286                           | 0,9           |
| 2008              | 405           | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК             | 200        | 0,1               | 0,1         | 25           | 102                           | 0,7           |
| 2008              |               | БАТОН                       | 106        |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>551</b> | <b>14,4</b>       | <b>16,2</b> | <b>64,1</b>  | <b>462</b>                    | <b>1,6</b>    |
| <b>II Ужин</b>    |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 435           | КЕФИР, ПРЯНИКИ              | 237/28     | 9,2               | 8,4         | 29,7         | 234                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>265</b> | <b>9,2</b>        | <b>8,4</b>  | <b>29,7</b>  | <b>234</b>                    | <b>0</b>      |
| <b>Всего</b>      |               |                             |            | <b>80</b>         | <b>98,8</b> | <b>336,5</b> | <b>2576</b>                   | <b>72,8</b>   |

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

Повар  Платонова Е. С. Киселева В.М.