

МЕНЮ

27 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5	5,1		67	0,1
2008	212	МАКАРОННИК СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	160	12,5	24,6	42,6	440	0,6
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/10	3,2	3,4	14,9	104	0,62
2008		БАТОН	28					0
Итого			368	20,7	33,1	57,5	611	1,32
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	97/100	1	0,6	27,9	125	10,3
Итого			197	1	0,6	27,9	125	10,3
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	70	0,5	10	12,8	144	2
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/25	4	8,5	12,4	141	6,1
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	65	6,6	10,1	7,4	147	0,4
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	135	3,7	18	24,1	274	25
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	140	0,8	0,2	14,9	65	3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,3	12,7	61	0
Итого			610	17,6	47,1	84,3	832	36,5
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	160	1,9	10,2	11,1	145	7,8
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	16/50	0,2		32	129	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/10	0,1		9,9	40	0,02
Итого			386	2,2	10,2	53	314	7,92
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	185	КАША ПШЕННАЯ	210	6,5	12,3	35,1	277	0,6
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	21,9	89	1
2008		БАТОН	28					0
Итого			478	11,7	17	57,3	429	1,6
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	157	3,9	4,1	17,3	121	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			177	5,4	6,1	32,2	204	0
Всего				58,6	114,1	312,2	2515	57,64

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./

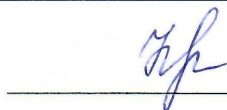
МЕНЮ

27 ноября 2022 г.

3-7 лет

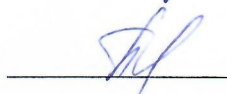
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	17	4,4	4,5		59	0,1
2008	212	МАКАРОНИК СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	9,2	12,6	49	347	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	4,1	4,1	15	114	0,6
2008		БАТОН	36					0
Итого			458	17,7	21,2	64	520	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	200	0,8	0,8	19,6	94	20
Итого			200	0,8	0,8	19,6	94	20
Обед								
2008		МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	36	0,5		2,5	13	1,8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200/25	4,9	2,6	17,5	114	8,8
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	8,2	6,4	4,5	109	0,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,4	8,3	14,8	148	29,8
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	192	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3	0,4	19,1	92	0
Итого			713	21	17,9	78,2	562	44,5
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	150	2,1	10,2	13,5	156	8,8
2008	436	МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЛЬ	167					0
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	30	0,1		20	81	0,1
Итого			347	2,2	10,2	33,5	237	8,9
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	185	КАША ПШЕННАЯ	210	6,2	12,2	27,9	246	0,6
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	15,7	65	1
2008		БАТОН	24					0
Итого			479	11,4	16,9	43,9	374	1,6
II Ужин								
2008		СНЕЖОК	157	3,9	4,1	17,2	121	0
		ПЕЧЕНЬЕ	24	1,7	2,2	17,2	96	0
Итого			181	5,6	6,3	34,4	217	0
Всего				58,7	73,3	273,6	2004	76,3

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

27 ноября 2022 г.

7-11 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	22	5,7	5,9		77	0,2
2008	212	МАКАРОННИК СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	9,5	12,9	49,1	350	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	210	6,7	5,6	16,1	145	0,6
2008		БАТОН	80					0
Итого			512	21,9	24,4	65,2	572	1,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	200	0,8	0,8	19,6	94	20
Итого			200	0,8	0,8	19,6	94	20
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	6,4	3,1	19,7	133	9,8
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	9	6,3	4,2	110	0,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	175	3,9	11,2	14,2	174	35,6
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	192	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	80	6	0,8	38,6	186	0
Итого			777	26,3	21,6	96,5	689	49,5
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	195	2,7	10,4	18	178	11,6
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	0,1		20	81	0,1
2008	435	МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЛЬ	167					0
Итого			412	2,8	10,4	38	259	11,7
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	185	КАША ПШЕННАЯ	210	6,2	12,2	28,2	246	0,6
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	15,6	65	1
2008		БАТОН	80					0
Итого			535	11,4	16,9	44,1	374	1,6
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	209	5,2	5,4	23	161	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24	1,8	2,3	17,7	99	0
Итого			233	7	7,7	40,7	260	0
Всего				70,2	81,8	304,1	2248	84,2

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

Повар  Платонова Е. С. Киселева В.М.