

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 октября 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		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МОЛОКОМ	155	6	9,3	22,5	198	0,5
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	2,9	3,1	17,7	111	0,52
2008		БАТОН	35					0
Итого			362	9	20,7	40,3	384	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ ФРУКТОВОЕ	147	1,3	0,3	33,2	143	3,5
Итого			147	1,3	0,3	33,2	143	3,5
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	15	0,5		1	6	0,6
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/20	5,3	5,8	10,2	115	0,4
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	50	5,6	3,5	2,8	66	0,4
		ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	107					0
2008	123	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	135	4,1	7,4	23,4	176	10,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	150/13			12,9	52	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,8	0,2	11,3	54	0
Итого			667	17,3	16,9	61,6	469	12,3
Полдник								
2008		СУШКИ	30					0
2008		КИВИ	80					0
		МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЛЬ	92					0
Итого			202					0
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2		0,6	4	2,5
2008	192	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ	155/5	11,6	17,2	28,8	318	0,5
2008	438	НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ	150/12	0,1	0,1	15,9	65	0,6
2008		БАТОН	35					0
Итого			382	11,9	17,3	45,3	387	3,6
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	153	4,9	4,6	6,1	87	0
2008		ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			203	7,9	7	43,6	270	0
Всего				47,4	62,2	224	1653	20,42

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

Повар _____ Платонова Е. С. Киселева В.М.

МЕНЮ
31 октября 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								
			10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)						
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	200/5	8,3	9,2	35,1	257	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/12	5,8	4,9	18,3	144	0,5
2008		БАТОН	44					0
Итого			471	14,2	22,4	53,5	476	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								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	26	0,8	0,1	1,6	10	1
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/25	5,7	6,8	13	137	0,5
2008	231	РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50/50	8	3,3	2,4	70	0,5
2008	123	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	185/6	5	6,9	31,1	207	14,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/17			16,6	66	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,4	93	0
Итого			805	22,5	17,5	84,1	583	16,9
Полдник								
2008		СУШКИ	30					0
2008	434	МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЛЬ	184					0
2008		КИВИ	80					0
Итого			294					0
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	32	0,3		0,8	5	3,2
2008	196	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ	200	11,3	16,6	33,1	326	0,5
2008	438	НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ	200	0,2	0,1	20,6	84	0,8
2008		БАТОН	44					0
Итого			476	11,8	16,7	54,5	415	4,5
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	173	5,5	5,2	6,9	99	0
2008		ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			223	8,5	7,6	44,4	282	0
Всего				58	64,4	256,3	1842	26,4

Мед.сестра Куц 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

31 октября 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 (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,8	5	18,5	145	0,5
2008		БАТОН	99					0
Итого			309	5,9	13,3	18,6	220	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	197	1	0,2	19,8	86	4
Итого			197	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	29	0,9	0,1	1,8	11	1,2
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/20	6,6	7,9	15,4	159	0,6
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50/50	10	5,5	3,9	105	0,8
2008	123	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180/7	5	7,9	31,1	216	14,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/16			15,5	62	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	90	6	0,8	38,2	184	0
Итого			892	28,5	22,2	105,9	737	17,4
Полдник								
2008	434	МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЛЬ	184					0
2008		СУШКИ	30					0
2008		КИВИ	120					0
Итого			334					0
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,3		1	6	3,9
2008	196	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ	205/5	17	17	42	389	0,5
2008	438	НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ	200	0,2	0,1	19,5	80	0,8
2008		БАТОН	99					0
Итого			548	17,5	17,1	62,5	475	5,2
II Ужин								
2008		КЕФИР	183	5,9	5,5	7,3	104	0
2008		ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			233	8,9	7,9	44,8	287	0
Всего				61,8	60,7	251,6	1805	27,1

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

Повар Платонова Е.С. Платонова Е.С. Киселева В.М.