

Утверждаю

Директор
 ГУ ЯО Петровский детский дом
 /Директор дет.дома Царёва Л.А./

МЕНЮ

9 сентября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	10,8	21,8	2,1	247	0,2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	2,9	3,1	17,7	111	0,52
2008		БАТОН	37					0
Итого			324	13,8	33,2	19,9	433	0,72
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	147/100	0,7	0,1	14,8	63	2,9
Итого			247	0,7	0,1	14,8	63	2,9
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	19	0,6		1,3	8	0,8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200/20	5,1	3,2	15,9	113	7,9
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	50	5,9	3,5	2,8	67	0,4
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	155	2,2	5,6	24,1	156	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150/12	0,1	0,1	14,8	61	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	67	4,4	0,6	28,3	136	0
Итого			673	18,3	13	87,2	541	9,9
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	175	9	14,6	80,7	491	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,2		16,7	71	2,32
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21,1	96	10
Итого			482	10,7	15,1	118,5	658	12,62
Ужин								
2008	290	ОЛАДЫИ ИЗ ПЕЧЕНИ	36	6,3	10,4		127	4,8
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,2	14,8	12,8	193	11,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		13,1	53	0,02
2008		БАТОН	37					0
Итого			395	8,6	25,2	25,9	373	16,12
II Ужин								
2008	435	КЕФИР						0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	43	3,2	4,2	32,2	181	0
Итого			43	3,2	4,2	32,2	181	0
Всего				55,3	90,8	298,5	2249	42,26

Мед.сестра



Сахарова Е.Ю. Мяникова Н.Н. Куц С.В.

Повар



Платонова Е. С. Киселева В.М.

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Директор дет.дома Царёва Л.А./

МЕНЮ

9 сентября 2022 г.

3-7 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	10,8	18,9	2	220	0,2
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/12	4,3	4,5	18,3	131	0,7
2008		БАТОН	48					0
Итого			375	15,2	31,7	20,4	426	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	195	1	0,2	19,8	86	4
Итого			195	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	50	1,6	0,1	3,2	20	2
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200/25	4,7	4,6	16,4	126	8,1
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	8,4	5,3	4,5	99	0,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	55	0,4	4,8	4,5	64	0,2
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	160/5	3,8	4,6	39,5	214	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ.С	200/15	0,2	0,2	19	79	1,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	112	7,4	1	47,7	230	0
Итого			892	26,5	20,6	134,8	832	12,2
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	250/20	9,2	25,5	81,9	591	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/12/7	0,2		12,8	55	2,42
2008		БАНАН	200	3	1	41,9	192	20
Итого			674	12,4	26,5	136,6	838	22,72
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,3	12,3	0,1	163	6,9
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	195/5	2,5	10,7	14,2	165	13,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,1		14,8	59	0,02
2008		БАТОН	48					0
Итого			508	12,9	23	29,1	387	20,12
II Ужин								
2008		СНЕЖОК	210	5,2	5,4	23	161	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
Итого			245	7,8	8,8	49	307	0
Всего				75,8	110,8	389,7	2876	59,94

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
 /Директор дет.дома Царёва Л.А./

МЕНЮ
 9 сентября 2022 г.

Школа

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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,8	18,9	2	220	0,2
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/15	4,1	4,4	20,7	139	0,7
2008		БАТОН	107					0
Итого			442	15	31,6	22,8	434	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	195	1	0,2	19,8	86	4
Итого			195	1	0,2	19,8	86	4
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	230/20	6,1	14	58,7	384	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3		15,3	65	2,82
2008		БАНАН	200	3	1	41,9	192	20
Итого			657	9,4	15	115,9	641	23,02
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	65	10,8	15,1		192	7,5
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	195	2,7	11,6	15,2	177	13,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,1		14,8	59	0,02
2008		БАТОН	107					0
Итого			567	13,6	26,7	30	428	21,22
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	238	5,9	6,2	26,1	183	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	43	3,2	4,2	32,2	181	0
Итого			281	9,1	10,4	58,3	364	0
Всего				48,1	83,9	246,8	1953	49,14

Мед сестра _____



Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар _____



Платонова Е. С. Киселева В.М.