

# МЕНЮ

20 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	4,2	4,3		56	0,1
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	4,7	8,6	20,9	181	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	2,8	2,8	18,7	112	0,5
2008		БАТОН	34					0
<b>Итого</b>			<b>367</b>	<b>11,7</b>	<b>15,7</b>	<b>39,6</b>	<b>349</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	147/100	1,3	0,3	33,2	143	3,5
<b>Итого</b>			<b>247</b>	<b>1,3</b>	<b>0,3</b>	<b>33,2</b>	<b>143</b>	<b>3,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	56	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,6	3,2	3,2	45	1,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	200/20	6,7	7,2	12,6	144	5,3
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ (СОТЭ)	50/50	14,9	12,1	5,4	208	11,05
2008	209	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	170	6,2	5,3	35,1	213	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			12,9	52	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>29,7</b>	<b>28</b>	<b>77,7</b>	<b>703</b>	<b>17,55</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	95	4,3	8,1	34,7	230	0,09
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	120	3,6	4	5,8	74	0,6
2008		БАНАН	187	2,8	0,9	39,2	179	18,7
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>10,7</b>	<b>13</b>	<b>79,7</b>	<b>483</b>	<b>19,39</b>
<b>Ужин</b>								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			12,9	52	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	205	3,6	12,2	18,9	200	17,9
2008		БАТОН	34					0
<b>Итого</b>			<b>439</b>	<b>3,6</b>	<b>12,2</b>	<b>31,8</b>	<b>252</b>	<b>17,9</b>
<b>II Ужин</b>								
2008	435	КЕФИР	100	3,2	3	4	57	0
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>3,2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>57</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>60,2</b>	<b>72,2</b>	<b>266</b>	<b>1987</b>	<b>59,44</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  
 /Директор дет.дома Царёва Л.А./

# МЕНЮ

20 сентября 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5	5,1		67	0,1
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	6	10,4	27,2	227	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/15	4,6	4,8	22,9	153	0,8
2008		БАТОН	44					0
<b>Итого</b>			<b>484</b>	<b>15,6</b>	<b>20,3</b>	<b>50,1</b>	<b>447</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	198	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>198</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	56	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	1,2	7,4	6,4	98	2,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	200/20/10	7,2	8,9	13,1	162	5,2
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	70/50	20	10,9	6	226	14,9
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	190/5	6,9	6	39,3	240	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/20			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,2	0,3	13,8	66	0
<b>Итого</b>			<b>897</b>	<b>37,5</b>	<b>33,5</b>	<b>93,2</b>	<b>850</b>	<b>22,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	115	6	6,1	61,8	325	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	119	3,5	3,9	5,7	73	0,6
2008		БАНАН	186	2,8	0,9	39	178	18,6
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>12,3</b>	<b>10,9</b>	<b>106,5</b>	<b>576</b>	<b>19,3</b>
<b>Ужин</b>								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	12,4	21,7	16,1	312	17,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		БАТОН	44					0
<b>Итого</b>			<b>444</b>	<b>12,6</b>	<b>21,8</b>	<b>31,1</b>	<b>372</b>	<b>17,5</b>
<b>II Ужин</b>								
2008		КЕФИР	150	4,8	4,5	6	86	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,8</b>	<b>4,5</b>	<b>6</b>	<b>86</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>83,8</b>	<b>91,2</b>	<b>306,7</b>	<b>2417</b>	<b>64,6</b>

Мед.сестра



Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

\_\_\_\_\_

Платонова Е. С. Киселева В.М.



# МЕНЮ

## 20 сентября 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5	5,1		67	0,1
2008	185	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	9	26,9	213	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/15	4,4	4,8	23	153	0,8
2008		БАТОН	97					0
<b>Итого</b>			<b>537</b>	<b>15,5</b>	<b>18,9</b>	<b>49,9</b>	<b>433</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	198	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>198</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	56	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	1,3	8,4	6,5	108	2,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	250/20/10	7,3	9,3	17,1	182	6,8
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/50	22,8	13,9	7,8	273	16,93
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	195/7	7,2	6,6	46	272	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/20			15,2	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	66	4,4	0,6	27,9	134	0
<b>Итого</b>			<b>998</b>	<b>43</b>	<b>38,8</b>	<b>120,5</b>	<b>1030</b>	<b>25,93</b>
<b>Полдник</b>								
2008	467	ПИРОГИ С ПОВИДЛОМ	105	8,2	17,7	86	537	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	175	5,1	5,7	8,4	107	1
2008		БАНАН	184	2,8	0,9	38,6	177	18,4
<b>Итого</b>			<b>464</b>	<b>16,1</b>	<b>24,3</b>	<b>133</b>	<b>821</b>	<b>19,5</b>
<b>Ужин</b>								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	255	13,7	27,4	23,7	398	20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		БАТОН	97					0
<b>Итого</b>			<b>552</b>	<b>13,9</b>	<b>27,5</b>	<b>38,7</b>	<b>458</b>	<b>20</b>
<b>II Ужин</b>								
2008	435	КЕФИР	200	6,4	6	8	114	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,4</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>114</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>95,9</b>	<b>115,7</b>	<b>369,9</b>	<b>2942</b>	<b>70,93</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  
 /Директор дет.дома Царёва Л.А./

**МЕНЮ**  
 20 сентября 2022 г.

**Школа интернат**

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		
<b>Полдник</b>								
			140	12,6	31,1	92,9	701	0,1
2008	467	ПИРОГИ С ПОВИДЛОМ	140	12,6	31,1	92,9	701	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	238	7,1	7,8	11,4	146	1,3
2008		БАНАН	182	2,7	0,9	38,2	175	18,2
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>22,4</b>	<b>39,8</b>	<b>142,5</b>	<b>1022</b>	<b>19,6</b>
<b>Ужин</b>								
			255	4,9	17,9	26,7	288	22
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	255	4,9	17,9	26,7	288	22
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		БАТОН	97					0
<b>Итого</b>			<b>552</b>	<b>5,1</b>	<b>18</b>	<b>41,7</b>	<b>348</b>	<b>22</b>
<b>II Ужин</b>								
			200	6,4	6	8	114	0
2008	435	КЕФИР	200	6,4	6	8	114	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,4</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>114</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>33,9</b>	<b>63,8</b>	<b>192,2</b>	<b>1484</b>	<b>41,6</b>

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

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