

Утверждаю

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

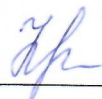
МЕНЮ

1 января 2023 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 ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	5,1	11,7	27,9	237	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	5	4,4	21,3	145	0,7
2008		БАТОН, СЫР ПОРЦ.	37/20	4,9	4,9		65	0
Итого			384	15,1	29,3	49,3	522	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	150/100	1,4	0,4	33,6	144	3,6
Итого			250	1,4	0,4	33,6	144	3,6
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,3		0,9	5	3,7
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	150/20	6,4	11,9	15,4	193	4,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	70	10,6	16,9	13	247	17,8
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150/12	0,2		11,3	47	4,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			469	19,5	29,1	53,3	553	30,4
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С ЗЕФИРОМ	150/12	0,3		15,7	64	0,02
2008		ЯБЛОКО	97	0,4	0,4	9,5	46	9,7
		ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	100	0,6	0,2	18,4	80	0,6
Итого			359	1,3	0,6	43,6	190	10,32
Ужин								
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	10,2	0,6	1	51	0,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	3,5	9,6	22,1	187	10,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/10			9,7	39	0
2008		БАТОН	37					0
Итого			422	13,7	10,2	32,8	277	11,2
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	108	3,5	3,2	4,3	62	0
Итого			108	3,5	3,2	4,3	62	0
Всего				54,5	72,8	216,9	1748	56,72

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

1 января 2023 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	185	КАША ПШЕННАЯ	210	4,9	11	24,9	218	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/15	5,2	5,6	24,4	171	0,9
2008		БАТОН, СЫР ПОРЦ	47/20	4,9	4,9		65	0
Итого			502	15,1	29,8	49,4	529	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	0,3		0,9	5	3,5
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И С МЯСОМ	200/20	7	7,9	16,4	165	5,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200/5	11,6	16,2	14,4	251	19,5
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200/20	0,1		16,1	66	3,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			727	22,1	24,5	67,6	582	31,9
Полдник								
2008	431	ЧАЙ С ЗЕФИРОМ	185/20/7	0,3		15,7	64	0,02
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
		ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	20	0,1		3,7	16	0,1
Итого			332	0,8	0,4	29,2	127	10,12
Ужин								
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	70	13,6	0,8	0,4	64	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190/5	4,1	6,3	26	177	12,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/20			15	60	0
2008		БАТОН	47					0
Итого			532	17,7	7,1	41,4	301	12,7
II Ужин								
2008		КЕФИР	162	5,2	4,8	6,5	92	0
Итого			162	5,2	4,8	6,5	92	0
Всего				61,9	66,8	213,9	1717	60,02

Мед.сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

МЕНЮ

1 января 2023 г.

7-11 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	185	КАША ПШЕННАЯ	210	4,9	11	24,9	218	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,7	2,1	22,3	120	0,4
2008		БАТОН, СЫР ПОРЦ.	104/20	4,9	4,9		65	0
Итого			544	12,6	26,3	47,3	478	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	0,3		0,9	5	3,5
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И С МЯСОМ	250/20	7,5	7	20,4	176	6,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	85	11,6	17,4	14,4	262	19,5
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,1		16,1	66	3,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	94	6,3	0,8	40	193	0
Итого			684	25,8	25,2	91,8	702	33,1
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С ЗЕФИРОМ	185/15	0,2		15,5	63	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
		ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	100	0,6	0,2	18,4	80	0,6
Итого			400	1,2	0,6	43,7	190	10,6
Ужин								
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	80	15,5	0,9	0,4	73	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	195	3,5	6,2	21,6	157	10,2
2008	440	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			15	60	0
2008		БАТОН	104					0
Итого			579	19	7,1	37	290	10,6
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	215	6,9	6,5	8,6	123	0
Итого			215	6,9	6,5	8,6	123	0
Всего				66,5	65,9	248,2	1869	59,1

Мед сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куш С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.