





Утверждаю

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

# МЕНЮ

2 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5	5,1		67	0,1
2008	183	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,8	8,3	29,4	212	0,2
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,6	3	20,4	123	0,2
2008		БАТОН	97					0
<b>Итого</b>			<b>517</b>	<b>13,4</b>	<b>16,4</b>	<b>49,8</b>	<b>402</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	202	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>202</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	31	0,3		0,8	4	3,1
2008		СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	250/20	7,2	7,5	10,3	138	0,8
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	75	9,3	13		153	0
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	180	4,9	7,3	27,1	195	25,3
2008	440	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			12,1	48	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	78	5,1	0,7	32,9	158	0
<b>Итого</b>			<b>834</b>	<b>26,8</b>	<b>28,5</b>	<b>83,2</b>	<b>696</b>	<b>29,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	172	5,2	5,6	8,2	106	0,4
<b>Итого</b>			<b>202</b>	<b>7,5</b>	<b>8,5</b>	<b>30,5</b>	<b>231</b>	<b>0,4</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2		0,4	3	1,3
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	250	16	19,1	24,3	333	10,64
2008		ГРУША	200	0,8	0,6	20,6	94	10
2008		БАТОН	97					0
2008	429	ЧАЙ-ЗАВАРКА КОНФЕТЫ	50	1,5		40,2	166	0
<b>Итого</b>			<b>622</b>	<b>18,5</b>	<b>19,7</b>	<b>85,5</b>	<b>596</b>	<b>21,94</b>
<b>II Ужин</b>								
2008		ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	100	0,6	0,2	18,4	80	0,6
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,2</b>	<b>18,4</b>	<b>80</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>67,8</b>	<b>73,5</b>	<b>287,2</b>	<b>2091</b>	<b>56,64</b>

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

Повар  Платонова Е. С. Киселева В.М.