

Утверждаю

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

# МЕНЮ

5 января 2023 г.

0-3 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	5,7	11	33,3	254	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	3,8	3,1	19,5	122	0,5
2008		БАТОН	35					0
Итого			362	9,6	22,4	52,9	451	0,9
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	150	1,4	0,4	33,6	144	3,6
Итого			150	1,4	0,4	33,6	144	3,6
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,3		0,9	5	3,7
2008	92	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	205/20	6,7	12,4	13,6	190	6,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, МЯСНОЕ ПЮРЕ	150/100	12,8	17,3	24,1	303	10,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	150/10			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			702	21,8	30	61	598	20,7
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	10,9	27,8	2,1	300	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/7	0,2		10,2	43	1,42
2008		ЯБЛОКО	97	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Итого			389	11,5	28,2	21,8	389	11,32
<b>Ужин</b>								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	205	19,8	33,3	21,6	466	18,03
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150/12	0,1	0,1	11,3	47	0,7
2008		БАТОН	35					0
Итого			402	19,9	33,4	32,9	513	18,73
<b>II Ужин</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	6	4,5	6,3	96	0
Итого			150	6	4,5	6,3	96	0
Всего				70,2	118,9	208,5	2191	55,25

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

5 января 2023 г.

3-7 лет

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>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,1	8,8	34,5	247	0,5
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	6,5	9,6	122	1,1
2008		БАТОН	45					0
Итого			455	13,1	23,6	44,2	444	1,6
<b>II Завтрак</b>								
2008		ФРУКТ	100	0,4	0,3	10,3	47	5
Итого			100	0,4	0,3	10,3	47	5
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,8	4	3
2008	77	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/20/10	7,8	14,2	16,3	225	6,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,7	21,3	149	10,3
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			23,7	95	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			760	20,1	32,5	83,5	708	20,2
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,8	19,9	2	229	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	0,1	16,2	65	0
Итого			320	11	20	18,2	294	0,2
<b>Ужин</b>								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	20,4	15,6	15,4	284	23,94
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	26,4	108	3
2008		БАТОН	45					0
Итого			445	20,5	15,7	41,8	392	26,94
<b>II Ужин</b>								
2008		КЕФИР	150	4,8	4,5	6	86	0
Итого			150	4,8	4,5	6	86	0
Всего				69,9	96,6	204	1971	53,94

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  
 Царёва Л.А.

## МЕНЮ

5 января 2023 г.

7-11 лет

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>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,1	8,8	34,5	247	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,6	25,8	126	0,3
2008		БАТОН	100					0
Итого			510	9,5	18,7	60,4	448	0,8
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,6	0,1	1,8	10	7
2008	77	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	300	8,1	10,8	18,8	208	8,1
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	5	3,7	62	1,02
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6	25,6	171	12,5
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200					0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,6	0,9	42,4	204	0
Итого			950	25,6	35	92,5	788	28,62
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,8	19,9	2	229	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	3
2008		БАНАН	200	3	1	42	192	20
Итого			517	14,1	21	59,2	483	23,2
<b>Ужин</b>								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	250	22,1	31,1	18,2	442	7,87
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	26,4	108	3
2008		БАТОН	100					0
Итого			550	22,2	31,2	44,6	550	10,87
<b>II Ужин</b>								
2008	435	КЕФИР	200	6,4	6	8	114	0
Итого			200	6,4	6	8	114	0
Всего				78,8	112,1	284,5	2469	67,49

Мед сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.