



Утверждаю

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

## МЕНЮ

7 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	8,8	30,6	222	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,8	24,5	148	0,5
2008		БАТОН	45					0
Итого			455	8,9	20,9	55,2	445	1
<b>II Завтрак</b>								
2008		ФРУКТ	200	1,8	0,4	16,2	86	119,9
Итого			200	1,8	0,4	16,2	86	119,9
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,8	4	3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ	250	8,4	9,4	12,3	168	10,6
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/50	21,3	13,8	13,9	266	19,2
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,5	5,2	31,7	191	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	26,4	108	3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			810	37,8	28,9	106,3	839	35,8
<b>Полдник</b>								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	60	14,6	23,8	2	280	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	6,5	9,6	122	1,1
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			360	20,9	30,7	21,4	449	11,3
<b>Ужин</b>								
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	80	11,9	12,2	10	198	0
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	2,8	9,1	22,7	184	11,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2	0,1	16,2	65	0
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			475	17,2	22,3	64,3	526	11,3
<b>II Ужин</b>								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	6	0,2	8	62	2
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			230	7,8	1,6	30,5	172	2
Всего				94,4	104,8	293,9	2517	181,3

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

Повар  Платонова Е. С. Киселева В.М.



