


Утверждаю

Директор
ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

МЕНЮ

8 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,9	3,8		53	0
2008	212	МАКАРОННИК СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	175	7,1	11,1	42,1	297	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150/10	1,5	1,6	20,7	104	0,12
2008		БАТОН	35					0
Итого			385	12,5	16,5	62,8	454	0,12
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	97/100	1	0,6	27,9	125	10,3
Итого			197	1	0,6	27,9	125	10,3
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	70	0,5	10	12,6	143	1,9
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/25	5,1	8,7	15,7	160	7,8
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	65	6,6	10,1	7,4	147	0,4
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	145	4,3	9,9	26,1	213	28,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,9	65	3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			685	19,3	39,2	89,4	789	41,3
Полдник								
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	20/30	0,1		19,2	77	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/10	0,1		9,9	40	0,02
Итого			210	0,2		29,1	117	0,12
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
2008	260	АЗУ	210	18,9	21,2	18,8	341	7,42
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	155/10	0,1	0,1	19,8	81	1
2008		БАТОН	35					0
Итого			440	19,2	21,3	39,1	426	9,92
II Ужин								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	6	4,5	6,3	96	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			180	8,3	7,4	28,6	221	0
Всего				60,5	85	276,9	2132	61,76

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

8 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,9	3,8		53	0
2008	212	МАКАРОННИК	200	8,2	12,9	48,8	345	0
2008	429	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200					0
2008		КАРАМЕЛЬ	10			9,2	37	0
2008		БАТОН	45					0
Итого			470	12,1	16,7	58	435	0
II Завтрак								
2008		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008		МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	50	0,5		2,8	14	2
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250/25	6,2	3,3	21	140	10,4
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	8	5,8	4	100	0,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,8	4,3	9,8	93	27
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			795	21,9	13,9	85,2	557	42,5
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	150	2,1	15,3	10	186	22,73
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,2		25,7	105	13
2008		БАТОН	30					0
Итого			380	2,3	15,3	35,7	291	35,73
Ужин								
2008	260	АЗУ	200	18	20,2	17,9	325	7,07
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	25,2	117	2
2008		БАТОН	30					0
Итого			430	18,1	20,3	43,1	442	9,07
II Ужин								
2008		СНЕЖОК	150	3,8	3,9	16,5	116	0
		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30					0
Итого			180	3,8	3,9	16,5	116	0
Всего				58,6	70,5	248,3	1888	97,3

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

8 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5,3	5		70	0
2008	212	МАКАРОННИК	215	8,6	13,5	51,3	362	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4	3,9	24,5	150	0,5
2008		БАТОН	100					0
Итого			535	17,9	22,4	75,8	582	0,5
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	200	1,8	0,4	16,2	86	119,7
Итого			200	1,8	0,4	16,2	86	119,7
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	300	7,9	5,2	23,3	173	11,7
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	11,1	6,6	13,3	155	0,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,6	7,5	129,6	138	31,68
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	26,4	108	3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,6	0,9	42,4	204	0
Итого			860	30,3	20,3	235	778	46,48
Полдник								
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	4	1,5	37,9	181	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			250	4,2	1,6	52,9	241	0
Ужин								
2008	260	АЗУ	260	22,9	25,8	22,8	415	9,01
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	25,5	118	2,02
2008		БАТОН	100					0
Итого			560	23	25,9	48,3	533	11,03
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	200	6,4	6	8	114	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	8,7	8,9	30,3	239	0
Всего				85,9	79,5	458,5	2459	177,71

Мед сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.