

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

МЕНЮ

28 декабря 2022 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	2,4	9,5	18,5	167	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/7	0,3		10,4	44	1,44
2008		БАТОН	40					0
Итого			372	2,8	17,8	29	286	1,64
II Завтрак								
2008		КИВИ	70					0
Итого			70					0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,3		0,9	5	3,7
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ	150	7,9	12,2	24,3	240	14,2
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	75/50	15,9	29,7	22,4	424	8,36
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	155	5	9,4	22,2	192	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,8	0,2	14,9	65	3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			657	31,9	51,8	97,4	987	29,26
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТ. СОУСОМ	205	6,7	18,7	18	279	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	47	1,5	1,6	2,3	29	0,3
Итого			252	8,2	20,3	20,3	308	0,3
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	3,5	10,1	26,1	207	0,3
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	160/10	0,1	0,1	19,8	81	1
2008		БАТОН	40					0
Итого			400	8,7	14,8	46,2	351	1,3
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	115	3,7	3,5	4,6	66	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			165	7,5	8,4	41,8	275	0
Всего				59,1	113,1	234,7	2207	32,5

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

28 декабря 2022 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		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	14	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,9	2,6	13,9	90	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,2		16,6	69	1,42
2008		БАТОН	51					0
Итого			487	3,2	10,9	30,6	234	1,62
II Завтрак								
2008		КИВИ	108					0
Итого			108					0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,2	7	5
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	200/20/10	7,7	13,4	14	220	10,4
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	90/50	14,1	19,2	8,2	265	3,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	9	10,4	40,7	292	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	214	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			840	35,6	43,6	105,6	974	23,1
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТ СОУСОМ	215	2,7	9,9	24	207	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	68	2	2,2	3,3	42	0,4
Итого			283	4,7	12,1	27,3	249	0,4
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	5,3	9,1	34	240	0,4
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	205/15	0,1	0,1	27	110	1
2008		БАТОН	51					0
Итого			511	10,5	13,8	61,3	413	1,4
II Ужин								
2008		КЕФИР	172	5,5	5,2	6,9	98	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	46	3,4	4,5	33,9	190	0
Итого			218	8,9	9,7	40,8	288	0
Всего				62,9	90,1	265,6	2158	26,52

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

28 декабря 2022 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		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	14	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,1	2,7	15,2	98	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,2		16,1	67	1,22
2008		БАТОН	113					0
Итого			534	3,4	11	31,4	240	1,42
II Завтрак								
2008		КИВИ	108					0
Итого			108					0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	62	0,5	0,1	1,5	9	6,2
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	250/20/10	9,3	16,1	14,6	259	12,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	105/50	14,2	20,4	9,7	282	4,54
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/7	10,8	13,8	48,6	361	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	214	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	101	6,7	0,9	42,9	207	0
Итого			999	42,5	51,5	137,1	1204	27,44
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТ СОУСОМ	215	2,8	10,6	25,8	221	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	90	2,7	2,9	4,4	55	0,5
Итого			305	5,5	13,5	30,2	276	0,5
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	5,4	9,9	36	256	0,4
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	205/16	0,1	0,1	26,7	109	1
2008		БАТОН	113					0
Итого			574	10,6	14,6	63	428	1,4
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	230	7,3	6,9	9,2	131	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	55	4,1	5,4	40,9	229	0
Итого			285	11,4	12,3	50,1	360	0
Всего				73,4	102,9	311,8	2508	30,76

Мед сестра _____

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар _____

Платонова Е.С. Киселева В.М.