

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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)	20	5	5,1		67	0,1
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	5,3	6,9	28,6	199	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	2,4	2,1	15,5	92	0,4
2008		БАТОН	42					0
Итого			379	12,7	14,1	44,1	358	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	155/100	1,4	0,4	34,1	146	3,7
Итого			255	1,4	0,4	34,1	146	3,7
Обед								
2008	56	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,7	4,9	3,8	63	1,3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	200/20	7,5	9	15	171	6,2
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ (СОТЭ)	50/50	12,5	11,4	7,8	198	9,1
2008	209	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	160	5,8	5	33,2	202	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			720	29,1	30,7	86,5	755	16,6
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	105	7,6	12,5	49,2	339	0,23
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	138	4,1	4,5	6,6	84	0,8
2008		ЯБЛОКО	216	0,9	0,9	21,1	101	21,6
Итого			459	12,6	17,9	76,9	524	22,63
Ужин								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	57	0,6	0,1	2,2	14	14,2
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	165	15	19,7	16,2	303	12,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	3
2008		БАТОН	42					0
Итого			471	15,9	19,9	33,6	379	29,4
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	128	4,1	3,8	5,1	73	0
Итого			128	4,1	3,8	5,1	73	0
Всего				75,8	86,8	280,3	2235	73,23

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
 /Царева Л.А./

МЕНЮ

10 января 2023 г.

3-7 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)	24	6,3	6,4		84	0,2
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	5,8	8,9	29,8	224	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/15	3,6	3,7	21,6	136	0,6
2008		БАТОН	53					0
Итого			497	15,7	19	51,4	444	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	210	1	0,2	19,8	86	4
Итого			210	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008	56	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,7	4,3	3,6	57	1,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	200/20/10	7,4	8,6	14,7	166	6
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	70/50	11	9,3	6,4	166	8,1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/6	5,6	4,8	31,6	193	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С	200/20			15	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	68	4,5	0,6	29	139	0
Итого			844	29,2	27,6	100,3	781	15,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	1
2008		ЯБЛОКО	212	0,8	0,8	20,8	100	21,2
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	110	5,4	3	64,6	308	0,1
Итого			502	11,5	9,7	94	519	22,3
Ужин								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	55	0,6	0,1	2,1	13	13,7
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	215	3,6	14,3	20,9	227	17,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	3
2008		БАТОН	53					0
Итого			530	4,5	14,5	38,2	302	33,9
II Ужин								
2008		КЕФИР	192	6,2	5,8	7,7	110	0
Итого			192	6,2	5,8	7,7	110	0
Всего				68,1	76,8	311,4	2242	76,8

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
Царева Л.А.

МЕНЮ

10 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		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	24	6,3	6,4		84	0,2
2008	185	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	6,4	7,7	32,7	226	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/15	3,9	3,7	22,6	140	0,6
2008		БАТОН	118					0
Итого			562	16,6	17,8	55,3	450	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	210	1	0,2	19,8	86	4
Итого			210	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008	56	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	1,4	9,8	7,2	124	2,4
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	250/20/10	7,7	9,1	18,1	186	7,6
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/50	17,1	12,4	8,3	232	12,67
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170/5	6,4	4,8	41	233	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/20			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	140	9,3	1,2	59,3	286	0
Итого			1045	41,9	37,3	148,5	1119	22,67
Полдник								
2008	467	ПИРОГИ С ПОВИДЛОМ	120	10,2	19,8	91	583	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	1
2008		ЯБЛОКО	216	0,9	0,9	21,1	101	21,6
Итого			516	16,4	26,6	120,7	795	22,7
Ужин								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	76	0,8	0,2	2,9	18	19
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	270	15	27,6	25	408	20,8
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	3
2008		БАТОН	118					0
Итого			671	16,1	27,9	43,1	488	42,8
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	256	8,2	7,7	10,3	146	0
Итого			256	8,2	7,7	10,3	146	0
Всего				100,2	117,5	397,7	3084	93,47

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

Повар  Платонова Е. С. Киселева В М.