

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 января 2023 г.

0-3 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 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 | 0 |
| 2008 | 209 | МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ | 165 | 4,9 | 7,4 | 23,2 | 180 | 0,5 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150/15/7 | 0,1 | | 10 | 41 | 0,72 |
| 2008 | | БАТОН | 33 | | | | | 0 |
| Итого | | | 380 | 5,1 | 15,7 | 33,3 | 296 | 1,22 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ | 119 | 1,1 | 0,7 | 30 | 135 | 12,5 |
| Итого | | | 119 | 1,1 | 0,7 | 30 | 135 | 12,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 19 | 0,1 | | 0,5 | 3 | 1,9 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ | 200/20 | 7 | 8,8 | 9,5 | 146 | 10,8 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (СОТЭ) | 55/50 | 11,8 | 18,4 | 10,6 | 255 | 3,17 |
| 2008 | 184 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ, | 155/100 | 4,3 | 5,2 | 19,4 | 141 | 0 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 155 | 0,8 | 0,2 | 14,9 | 65 | 3 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| Итого | | | 784 | 26 | 32,9 | 67,6 | 671 | 18,87 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 185/35 | 4,9 | 11,5 | 26,2 | 243 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 152 | 4,5 | 4,9 | 7,3 | 93 | 0,8 |
| Итого | | | 372 | 9,4 | 16,4 | 33,5 | 336 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 290 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ | 60 | 10,5 | 12,7 | 0,1 | 167 | 6 |
| 2008 | 131 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ, МЯСНОЕ ПЮРЕ | 130/100 | 13,6 | 17,2 | 17 | 280 | 29,8 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150/12 | 0,2 | 0,1 | 16,1 | 66 | 0 |
| 2008 | | БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ | 35/40 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 | 0 |
| Итого | | | 527 | 29,2 | 34,5 | 33,5 | 574 | 35,8 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | СНЕЖОК | 138 | 3,5 | 3,6 | 15,2 | 106 | 0 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 209 | 0 |
| Итого | | | 188 | 7,3 | 8,5 | 52,4 | 315 | 0 |
| Всего | | | | 78,1 | 108,7 | 250,3 | 2327 | 69,19 |

Мед сестра

Куз

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

11 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 | 0 |
| 2008 | 209 | МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ | 205 | 4,9 | 7,9 | 22,6 | 181 | 0,5 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С КОНФЕТАМИ И ЛИМОНОМ | 200/30/7 | 1 | | 24,5 | 103 | 1,42 |
| 2008 | | БАТОН | 43 | | | | | 0 |
| Итого | | | 495 | 6 | 16,2 | 47,2 | 359 | 1,92 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 177 | 0,7 | 0,7 | 17,3 | 83 | 17,7 |
| Итого | | | 177 | 0,7 | 0,7 | 17,3 | 83 | 17,7 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 38 | 0,3 | | 1 | 5 | 3,8 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ | 200/20/10 | 7,2 | 9,6 | 13,4 | 173 | 8,4 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 55/50 | 10,6 | 11,5 | 5,8 | 170 | 2 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 5,5 | 6,8 | 25,1 | 183 | 0 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 206 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАН. | 47/14 | 3,1 | 0,4 | 19,8 | 95 | 0 |
| Итого | | | 790 | 27,7 | 28,5 | 84,9 | 712 | 18,2 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 215/50 | 4,5 | 13,3 | 35 | 301 | 0,1 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 148 | 4,4 | 4,9 | 7,2 | 91 | 0,8 |
| Итого | | | 413 | 8,9 | 18,2 | 42,2 | 392 | 0,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 290 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ | 46 | 8,6 | 7 | | 109 | 6 |
| 2008 | 131 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 160 | 4,1 | 7,9 | 13,5 | 144 | 34,4 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 200/12 | 0,4 | 0,1 | 21,7 | 90 | 0 |
| 2008 | | БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ | 43/40 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 | 0 |
| Итого | | | 501 | 18 | 19,5 | 35,5 | 404 | 40,4 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | | СНЕЖОК | 154 | 3,8 | 4 | 16,9 | 118 | 0 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 209 | 0 |
| Итого | | | 204 | 7,6 | 8,9 | 54,1 | 327 | 0 |
| Всего | | | | 68,9 | 92 | 281,2 | 2277 | 79,12 |

Мед.сестра

Куц

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

11 января 2023 г.

7-11 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) | 20 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 | 0 |
| 2008 | 209 | МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ | 820 | 20,7 | 33,3 | 98,9 | 781 | 2 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С КОНФЕТАМИ И ЛИМОНОМ | 185/30/7 | 4,4 | | 112,3 | 473 | 5,7 |
| 2008 | | БАТОН | 396 | | | | | 0 |
| Итого | | | 1458 | 25,2 | 41,6 | 211,3 | 1329 | 7,7 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 801 | 3,2 | 3,2 | 78,5 | 376 | 80,1 |
| Итого | | | 801 | 3,2 | 3,2 | 78,5 | 376 | 80,1 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 38 | 0,3 | | 1 | 5 | 3,8 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ | 250/20/10 | 7,9 | 10,5 | 14,3 | 188 | 10,7 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 50/50 | 13,3 | 15,7 | 7,1 | 224 | 2,14 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 5,5 | 6,8 | 25,1 | 183 | 0 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 206 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАН. | 91/14 | 6 | 0,8 | 38,6 | 186 | 0 |
| Итого | | | 909 | 34 | 34 | 105,9 | 872 | 20,64 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 215/50 | 4,5 | 13,3 | 35 | 301 | 0,1 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 148 | 4,4 | 4,9 | 7,2 | 91 | 0,8 |
| Итого | | | 413 | 8,9 | 18,2 | 42,2 | 392 | 0,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 290 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ | 46 | 8,6 | 7 | | 109 | 6 |
| 2008 | 131 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 190 | 5,1 | 9,8 | 16,9 | 181 | 41,6 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 200/12 | 0,4 | 0,1 | 21,7 | 90 | 0 |
| 2008 | | БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ | 95/40 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 | 0 |
| Итого | | | 583 | 19 | 21,4 | 38,9 | 441 | 47,6 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | СНЕЖОК | 205 | 5,1 | 5,3 | 22,5 | 158 | 0 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 209 | 0 |
| Итого | | | 255 | 8,9 | 10,2 | 59,7 | 367 | 0 |
| Всего | | | | 99,2 | 128,6 | 536,5 | 3777 | 156,94 |

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

Повар Платонова Е.С. Киселева В.М.