

Утверждаю

Директор
 ГУ ЯО Петровский детский дом
 /Царёва Л А /

МЕНЮ

16 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,8	3,8		50	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	2,9	5,6	24,6	160	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	3	2,6	16,2	101	0,2
2008		БАТОН	21					0
Итого			353	9,7	12	40,8	311	0,4
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								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	19	0,6		1,3	8	0,8
2008	107	СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	150/20	5,3	7,9	7,5	122	0,7
2008	272	МЯСНОЕ ПЮРЕ	120	11,5	9,7	3	146	0
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	155	4,5	9,3	23,8	198	21,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150/12	0,2	0,1	16,1	66	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,3	12,7	61	0
Итого			651	24,1	27,3	64,4	601	23,2
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	95	6,1	13,5	3,4	160	0,6
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	128	4	4,2	6,1	79	0,3
		ЗЕФИР	35	0,3		27,1	111	0
Итого			258	10,4	17,7	36,6	350	0,9
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЬЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	200	13,6	15,1	21,6	277	7,87
2008		ЯБЛОКО	84	0,3	0,3	8,2	39	8,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		9,9	40	0,02
2008		БАТОН	21					0
Итого			497	14,2	15,4	40,2	360	17,79
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	130	4,2	3,9	5,2	74	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	45	3,4	4,4	33,5	188	0
Итого			175	7,6	8,3	38,7	262	0
Всего				67,4	81,1	254,8	2030	45,99

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

16 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)	21	5,3	5,4		71	0,1
2008	183	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	4,5	7,4	29,5	203	0,2
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3	2,6	18	108	0,2
2008		БАТОН	27					0
Итого			465	12,8	15,4	47,5	382	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	206	1	0,2	19,8	86	4
Итого			206	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ЧЕСНОК ДОЛЬКАМИ ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС		0,6		1,3	8	0,8
2008	107	СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	200/20	6,4	8,4	8,9	135	0,7
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	72	6,7	14,6	0,2	160	0
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	150	4,8	6,6	24,1	177	24,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200/12	0,4	0,1	21,7	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			694	22	30,1	76	665	26
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	120	9,4	19	4,2	226	0,8
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	142	4,4	4,7	6,9	87	0,4
		ЗЕФИР	35	0,2		18	74	0
Итого			297	14	23,7	29,1	387	1,2
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	36	0,3		0,6	5	1,8
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	250	15,4	19,9	21	324	8,11
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/20	0,1		12	49	0,02
2008		БАТОН	27					0
2008		ЯБЛОКО	126	0,5	0,5	12,4	59	12,6
Итого			659	16,3	20,4	46	437	22,53
II Ужин								
2008		КЕФИР	148	4,7	4,4	5,9	84	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	45	3,4	4,4	33,5	188	0
Итого			193	8,1	8,8	39,4	272	0
Всего				74,2	98,6	257,8	2229	54,23

Мед.сестра

Кузнец

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

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

МЕНЮ

16 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)	21	5,3	5,4		71	0,1
2008	183	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	2,6	6	20,4	145	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,3	2,6	19,8	116	0,2
2008		БАТОН	60					0
Итого			481	11,2	14	40,2	332	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	206	1	0,2	19,8	86	4
Итого			206	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	32	1	0,1	2	13	1,3
2008		СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	250/20	6,9	6,9	10,3	131	0,5
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	72	6,7	14,6	0,2	160	0
2008	125	ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	180	5,3	6,7	28	195	26,3
2008	440	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	200	0,4	0,1	21,7	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	75	6	0,8	38,6	186	0
Итого			829	26,3	29,2	100,8	775	28,1
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	120	9,4	19	4,2	226	0,8
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,6	4,9	7,1	91	0,4
		ЗЕФИР	35	0,3		27,1	111	0
Итого			303	14,3	23,9	38,4	428	1,2
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	36	0,3		0,6	5	1,8
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	250	15,7	18,9	23,5	326	9,74
2008		ЯБЛОКО	168	0,7	0,7	16,5	79	16,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/12	0,1		12	49	0,02
2008		БАТОН	60					0
Итого			711	16,8	19,6	52,6	459	28,36
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	157	5	4,7	6,3	89	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	45	3,4	4,4	33,5	188	0
Итого			202	8,4	9,1	39,8	277	0
Всего				78	96	291,6	2357	62,06

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

Повар Платонова Е. С. Киселева В.М.