

Утверждаю

Директор
 ГУ ЯО Петровский детский дом
 /Царева Я. А.

МЕНЮ

22 января 2023 г.

0-3 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)	15	3,8	3,8		50	0,1
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛОКОМ	185/35	5,4	8	40,7	256	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	2,5	2,6	13,8	89	0,42
2008		БАТОН	30					0
Итого			427	11,7	14,4	54,5	395	0,62
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	101/100	1	0,6	28,3	127	10,7
Итого			201	1	0,6	28,3	127	10,7
Обед								
2008		КУКУРУЗА КОНС.	35					0
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/25	5,8	4,6	15,9	129	7,8
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	50	5,6	5,3	4	86	0,4
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ. МЯСНОЕ ПЮРЕ	155/100/1 00	12,3	12,5	30,9	286	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	135	0,8	0,2	14,9	65	3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			830	26,5	22,9	78,4	627	11,2
Полдник								
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	17/30	0,1		19,2	77	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/12/7	0,1		10	41	0,52
		ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	100	0,6	0,2	18,4	80	0,6
Итого			316	0,8	0,2	47,6	198	1,22
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,3		0,9	5	3,7
2008	260	АЗУ	205	14,9	20,7	20,1	326	8,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/10			9,7	39	0
2008		БАТОН, ЯИЦО ВАРЕНОЕ	30/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			472	20,1	25,2	31	431	12,2
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	145	4,5	4,3	5,6	80	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			175	6,8	7,2	27,9	205	0
Всего				66,9	70,5	267,7	1983	35,94

Мед. сестра

Куца

Сахарова Е. Ю. Мясникова Н. Н. Куца С. В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В. М.

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	22	5,6	5,8		76	0,2
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛОКОМ	200/50	4,6	7	43,2	253	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	185/12	3,3	3,2	16,4	108	0,4
2008		БАТОН	38					0
Итого			507	13,5	16	59,6	437	0,7
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008		КУКУРУЗА КОНС.	70					0
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/25	6,3	3,6	17,8	130	8,9
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	8	5,3	3,7	94	0,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,8	3,5	59	0,97
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	165	4,1	7	36,4	225	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	21,7	105	0
Итого			813	23,7	21,4	102,9	699	13,97
Полдник								
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	17/34	0,1		21,6	87	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,2		15	61	1,02
		ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	100	0,6	0,2	18,4	80	0,6
Итого			358	0,9	0,2	55	228	1,72
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,6	0,1	1,7	10	7
2008	260	АЗУ	245	15,8	21,4	22	344	10,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/12			12,1	48	0
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	38/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			605	21,3	26	36,1	463	17,5
II Ужин								
2008		КЕФИР	145	4,5	4,3	5,6	80	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			175	6,8	7,2	27,9	205	0
Всего				66,6	71,2	291,3	2079	43,89

Мед сестра

Кузнец

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

22 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)	22	5,6	5,8		76	0,2
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛОКОМ	200/50	4,6	7	43,2	253	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	185/12	3,3	3,2	16,4	108	0,4
2008		БАТОН	85					0
Итого			554	13,5	16	59,6	437	0,7
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94	20
Итого			200	0,8	0,8	19,6	94	20
Обед								
		КУКУРУЗА КОНС.	30					0
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25	7,2	4,3	19,9	147	9,9
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	8,9	5,4	3,7	99	0,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,8	3,5	59	0,97
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	200	4,9	8,3	43,3	268	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	104	6,9	0,9	44	212	0
Итого			921	29,8	23,9	134,2	871	14,97
Полдник								
2008		БАТОН С ПОВИДЛОМ	17/34	0,1		21,6	87	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,1		14,9	61	0,72
		ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	100	0,6	0,2	18,4	80	0,6
Итого			358	0,8	0,2	54,9	228	1,42
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,6	0,1	1,7	10	7
2008	260	АЗУ	245	16,6	22	22	353	10,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/12			12,1	48	0
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	85/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			652	22,1	26,6	36,1	472	17,5
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	194	6,2	5,8	7,7	110	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			224	8,5	8,7	30	235	0
Всего				75,5	76,2	334,4	2337	54,59

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

Повар _____ Платонова Е. С. Киселева В.М.