

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МОЛОКОМ	155	6,8	7,4	30,2	216	0,4
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/12	2,9	3,1	14,5	98	0,52
2008		БАТОН	40					0
Итого			367	9,8	18,8	44,8	389	0,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	155	0,8	0,2	14,9	65	3
Итого			155	0,8	0,2	14,9	65	3
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	16	0,5		1,1	6	0,6
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЙКАМИ	200/20	7,9	8,3	16,5	173	5,2
2008	231	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	75	6,4	5,2	10,4	115	5
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	155	2,6	9	17,4	162	8,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С	150/10			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			656	19,4	22,8	67,8	556	19,2
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	98	2,9	3,3	4,8	61	0,6
2008		ЯБЛОКО	75	0,3	0,3	7,3	35	7,5
Итого			208	5,8	7	38,1	242	8,1
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИИ	19	0,1		0,5	3	1,9
2008	196	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ	160	16,7	24,1	43,4	456	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ	150			9,7	39	0
2008		БАТОН	40					0
Итого			369	16,8	24,1	53,6	498	2,1
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	116	2,9	3	12,8	90	0
Итого			116	2,9	3	12,8	90	0
Всего				55,5	75,9	232	1840	33,32

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**

23 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ	200/5	8,2	8,6	34,1	247	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205/15	3,4	3,5	19,5	128	0,5
2008		БАТОН	51					0
Итого			486	11,7	20,4	53,7	445	1
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 ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	28	0,9	0,1	1,8	11	1,1
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/25	8	7,7	16,5	168	2
2008	231	РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80/50	6,8	2,7	4,9	73	3
2008	123	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	175/5	4	6,1	23,2	164	10,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С	200/20			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,5	21,7	105	0
Итого			834	23,1	17,1	82,7	579	17
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	147	4,4	4,9	7,1	90	0,8
2008		ЯБЛОКО	73	0,3	0,3	7,1	34	7,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
Итого			255	7,3	8,6	40,2	270	8,1
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,3		0,9	5	3,6
2008	196	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ	205/5	16,8	14,7	43,3	372	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ	200			9,7	39	0
2008		БАТОН	51					0
Итого			497	17,1	14,7	53,9	416	3,8
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	175	4,4	4,6	19,3	135	0
Итого			175	4,4	4,6	19,3	135	0
Всего				64,6	65,6	269,6	1931	33,9

Мед.сестра

Куц

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.

МЕНЮ

23 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)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200/5	9,1	10,6	35,5	274	0,7
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195	3,7	3,7	19,6	127	0,5
2008		БАТОН	114					0
Итого			524	12,9	22,6	55,2	476	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	206		0,2	19,8	85	4
Итого			206	1	0,2	19,8	85	4
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	33	1	0,1	2	13	1,3
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25	7,3	8,8	16,5	177	1,7
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90/50	14,2	6,7	9,5	153	5,5
2008	123	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	175/8	4	8,1	23,3	182	10,0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/20			14,6	53	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	104	6,9	0,9	44	212	0
Итого			955	33,9	24,6	109,9	800	19,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	195	5,8	6,4	9,4	120	1,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	145	0
2008		ЯБЛОКО	107	0,4	0,4	10,5	50	10,7
Итого			337	8,8	10,2	45,9	315	11,8
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,3		0,9	5	3,6
2008	196	ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ	205/5	17,1	15,8	43,7	355	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ	200			9,7	33	0
2008		БАТОН	114					0
Итого			560	17,4	15,8	54,3	423	3,8
II Ужин								
2008		СНЕЖОК	233	5,8	6,1	25,7	180	0
Итого			233	5,8	6,1	25,7	180	0
Всего				79,6	79,5	310,8	2287	40,2

Мед сестра

Кудря

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Юм С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.