

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 января 2023 г.

0-3 лет

Сборник рецептов	№ 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3	6,2	15	129	0,4
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15/7	0,1		9,9	40	0,02
2008		БАТОН	40					0
Итого			412	8,3	19,1	25,3	307	0,42
II Завтрак								
2008		БАНАН	154	2,3	0,8	32,3	148	15,4
Итого			154	2,3	0,8	32,3	148	15,4
Обед								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	33	0,4	0,1	1,3	8	8,3
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ	150	8	9,3	13,9	173	7,5
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (СОТЭ)	55/50	12,6	19,1	10,6	264	3,17
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	155	4,9	5,3	22,1	156	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	165	0,8	0,2	14,9	65	3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			638	28,7	34,3	75,5	727	21,97
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТ. СОУСОМ	250	6,2	12,4	32,2	279	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			9,7	39	0
Итого			450	6,2	12,4	41,9	318	0
Ужин								
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	30	6,8	9,6	1,3	119	0,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	4	6,4	111,2	119	27,19
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			9,7	39	0
2008		БАТОН	40					0
Итого			375	10,8	16	122,2	277	27,69
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	116	2,9	3	12,8	90	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
Итого			151	5,5	6,4	38,8	236	0
Всего				61,8	89	336	2013	65,48

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
 /Царёва Л.А./

МЕНЮ

25 января 2023 г.

Дет.сад 3-6 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			
Полдник									
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	325/50	11,8	40,5	29	608	0,2	
2008	434	КИСЕЛЬ	200					0	
Итого			575	11,8	40,5	29	608	0,2	
Ужин									
Ит.	2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	65	7,2	22,9	7	262	0,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	5,6	10	30,9	240	36,2	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/10			9,7	39	0	
2008		БАТОН	113					0	
Итого			568	12,8	32,9	47,6	541	36,5	
II Ужин									
2008	435	СНЕЖОК	175	4,4	4,6	19,3	135	0	
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0	
Итого			215	7,4	8,5	49,1	302	0	
Всего				32	81,9	125,7	1451	36,7	

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
 _____ /Царёва Л.А./

МЕНЮ

25 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	4,2	16,3	120	0,5
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0,1		15,4	62	0,02
2008		БАТОН	51					0
Итого			523	9,4	17,1	32,1	320	0,52
II Завтрак								
2008		БАНАН	153	2,3	0,8	32,1	147	15,3
Итого			153	2,3	0,8	32,1	147	15,3
Обед								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	46	0,5	0,1	1,8	11	11,5
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	200/20/10	8,2	13	13,8	220	7,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75/50	11,9	16,2	6,8	221	2,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	8,3	6,8	38	246	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	219	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,5	23	111	0
Итого			829	33,5	36,8	103,2	895	25,6
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТ. СОУСОМ	270	4,7	12,8	32,2	277	0
2008	411	КИСЕЛЬ	205			11,3	45	0
Итого			475	4,7	12,8	43,5	322	0
Ужин								
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	45	11,2	16,2	0,5	193	0,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	175	4,4	7,2	124,5	133	30,42
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			17,8	71	0
2008		БАТОН	60					0
Итого			480	15,6	23,4	142,8	397	30,92
II Ужин								
2008		СНЕЖОК	204	5,1	5,3	22,5	157	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
Итого			239	7,7	8,7	48,5	303	0
Всего				73,2	99,6	402,2	2384	72,34

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
 _____ /Царёва Л.А./

МЕНЮ

25 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,2	4	16,5	120	0,5
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15/7	0,1		14,8	59	0,02
2008		БАТОН	113					0
Итого			570	9,5	16,9	31,7	317	0,52
II Завтрак								
2008		БАНАН	151	2,3	0,8	31,8	145	15,1
Итого			151	2,3	0,8	31,8	145	15,1
Обед								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	46	0,5	0,1	1,8	11	11,6
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	250/20/10	9,2	14,5	12,9	235	9,2
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	85/50	12,1	17,8	7,7	240	2,24
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/7	10,2	10,7	45,8	319	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	219	1	0,2	19,8	86	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	108	7,1	0,9	45,6	219	0
Итого			975	40,1	44,2	133,6	1110	27,04
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТ. СОУСОМ	235	3,7	9,6	28,2	225	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			9,7	39	0
Итого			435	3,7	9,6	37,9	264	0
Ужин								
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	45	11	15,3	0,7	185	0,6
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	185	4,7	7,6	130,9	140	32
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			14,6	58	0
2008		БАТОН	113					0
Итого			543	15,7	22,9	146,2	383	32,6
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	233	5,8	6,1	25,7	180	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
Итого			268	8,4	9,5	51,7	326	0
Всего				79,7	103,9	432,9	2545	75,26

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

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