

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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)	20	5	5,1		67	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	5,4	8	31,6	221	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/12	3,9	3,7	17,7	121	0,6
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	36/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			413	19,2	21,3	49,6	470	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	165/125	1,6	0,5	39,8	170	4,1
Итого			290	1,6	0,5	39,8	170	4,1
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
2008	107	СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	200/20	6,7	9,2	7,2	139	0,5
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	8,3	10,8	6,1	154	0,7
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	165	3,1	9,3	18,1	170	8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	150/10			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			705	20,8	29,7	56,8	580	11,7
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	1
2008		ЯБЛОКО	75	0,3	0,3	6,3	30	2,6
Итого			290	8,2	9,6	40,9	287	3,6
Ужин								
		МЯСНОЕ ПЮРЕ	100	11,5	9,7	3	146	0
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	215	14,3	13,7	18,4	252	6,3
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150/16	0,1		14,9	61	1,6
2008		БАТОН	36					0
Итого			517	25,9	23,4	36,3	459	7,9
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	159	4,9	4,7	6,2	88	0
Итого			159	4,9	4,7	6,2	88	0
Всего				80,6	89,2	229,6	2054	28,6

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

30 января 2023 г.

3-7 лет

Зор- 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)	23	5,9	6		78	0,2
2008	183	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,4	8	29,9	215	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/15	3,6	3,7	20,9	132	0,6
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	45/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			523	19,8	22,2	51,1	486	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	220	1	0,2	19,8	86	4
Итого			220	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	62	0,5	0,1	1	8	3,1
2008	107	СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	200/20	7,1	9,4	9,4	151	0,5
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	8,6	10	3,3	138	0,4
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	160	3,2	6,6	18,5	148	8,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/12			11,3	45	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,8	0,5	24	116	0
Итого			776	23,2	26,6	67,5	606	12,1
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	177	5,2	5,8	8,5	109	1
2008		КИВИ	128					0
Итого			340	7,8	9,2	34,5	255	1
Ужин								
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАН.	47					0
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	200	16,4	13,7	19,5	268	7,86
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/24	0,2		25,7	105	13
2008		БАТОН	45					0
Итого			516	16,6	13,7	45,2	373	20,86
II Ужин								
		КЕФИР	212	6,6	6,2	8,2	117	0
Итого			212	6,6	6,2	8,2	117	0
Всего				75	78,1	226,3	1923	39,36

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
 30 января 2023 г.

Дет.сад 3-6 лет

Формуляр рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	1
2008		ЯБЛОКО	70	0,3	0,3	6,9	33	7
Итого			280	7,9	9,1	37,8	269	8
Ужин								
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАН.	47					0
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	280	20,1	29,7	29	462	8,33
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/24	0,2		25,7	105	13
2008		БАТОН	101					0
Итого			652	20,3	29,7	54,7	567	21,33
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	212	6,8	6,4	8,5	121	0
Итого			212	6,8	6,4	8,5	121	0
Всего				35	45,2	101	957	29,33

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

30 января 2023 г.

7-11 лет

Бор- 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)	23	5,9	6		78	0,2
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,7	3,7	18,8	124	0,6
2008		БАТОН, ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	101/40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			376	14,5	14,2	19,1	263	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	220	1	0,2	19,8	86	4
Итого			220	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	66	0,5	0,1	1,1	9	3,3
2008	107	СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С МЯСОМ	250/20	7,8	9,8	13	171	0,6
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	9,4	10,9	4,2	153	0,5
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	210	3,9	7,6	22,8	177	10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/12			12,1	48	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	111	7,4	1	47,2	227	0
Итого			944	29	29,4	100,4	785	14,4
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	172	5,1	5,6	8,2	106	1
2008		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52	11
Итого			317	8,1	9,4	45	304	12
Ужин								
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАН.	59					0
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	250	16,2	12,9	19,4	259	7,94
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/24	0,2		25,7	105	13
2008		БАТОН	101					0
Итого			634	16,4	12,9	45,1	364	20,94
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	212	6,8	6,4	8,5	121	0
Итого			212	6,8	6,4	8,5	121	0
Всего				75,8	72,5	237,9	1923	52,14

Мед.сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Куц С.В.

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.