



Утверждаю

И.О.директора  
ГУ ЯО Петровский детский дом  
/И.О.директора Кузьмичева Е.В./



# МЕНЮ

22 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА И ЯБЛОК СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	200	6	21	59	474	2,9
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4	3,9	17,2	121	0,5
2008		БАТОН	48					0
<b>Итого</b>			<b>458</b>	<b>10,1</b>	<b>33,2</b>	<b>76,3</b>	<b>670</b>	<b>3,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	2,5	8,7	63	2,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200/20	8,5	10,4	16,7	204	10,4
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	10,8	3,7	2,1	85	0,8
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	55	0,4	2,4	1,9	32	0,2
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	14,4	60	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	60/14	4	0,5	25,4	122	0
<b>Итого</b>			<b>849</b>	<b>28,1</b>	<b>24,2</b>	<b>106,9</b>	<b>772</b>	<b>14,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,3	5,9	8,6	111	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	45	3,4	4,4	33,5	188	0
2008		ВИНОГРАД	171	1	1	26,3	123	10,3
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>9,7</b>	<b>11,3</b>	<b>68,4</b>	<b>422</b>	<b>11,3</b>
<b>Ужин</b>								
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	80	10,7	11,2		143	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СОУСЕ	170/40	3,3	8,4	19,9	169	13,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0,1		12,3	50	0,02
2008		БАТОН	48					0
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>14,1</b>	<b>19,6</b>	<b>32,2</b>	<b>362</b>	<b>13,12</b>
<b>II Ужин</b>								
2008	435	СНЕЖОК	188	4,7	4,9	20,6	144	0
2008		ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142	0
<b>Итого</b>			<b>228</b>	<b>5,8</b>	<b>6,2</b>	<b>51,5</b>	<b>286</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>68,8</b>	<b>94,7</b>	<b>355,1</b>	<b>2598</b>	<b>46,52</b>

Мед.сестра



Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Крылова Е

Повар



Платонова Е. С. Киселева В.М.

Утверждаю

И.О.директора  
ГУ ЯО Петровский детский дом  
/И.О.директора Кузьмичева Е.В./**МЕНЮ**  
22 июля 2023 г.

7-11 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	17	0,2	12,5	0,2	113	0
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА И ЯБЛОК СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	205/50	6,6	20,5	61,1	482	2,9
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,6	3,6	16,2	113	0,5
2008		БАТОН	97					0
<b>Итого</b>			<b>569</b>	<b>10,4</b>	<b>36,6</b>	<b>77,5</b>	<b>708</b>	<b>3,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	80	0,9	5,1	7,2	78	1,9
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/20	9,5	10,9	18,3	221	12,2
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	110	13,8	4,8	2,6	110	1,1
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	55	0,4	4,9	2,4	56	0,1
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,3	5,5	45,2	247	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	13,7	57	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	122/29	8,1	1,1	51,9	250	0
<b>Итого</b>			<b>1046</b>	<b>37,1</b>	<b>32,4</b>	<b>141,3</b>	<b>1019</b>	<b>16,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	197	5,8	6,4	9,4	120	1,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	45	3,4	4,4	33,5	188	0
2008		ВИНОГРАД	171	1	1	26,3	123	10,3
<b>Итого</b>			<b>413</b>	<b>10,2</b>	<b>11,8</b>	<b>69,2</b>	<b>431</b>	<b>11,4</b>
<b>Ужин</b>								
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	95	13	13,9		177	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	230/40	3,9	8,6	20,5	175	15,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7			11,3	45	0
2008		БАТОН	97					0
<b>Итого</b>			<b>684</b>	<b>16,9</b>	<b>22,5</b>	<b>31,8</b>	<b>397</b>	<b>15,2</b>
<b>II Ужин</b>								
2008	435	СНЕЖОК	208	5,2	5,4	22,9	160	0
2008		ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142	0
<b>Итого</b>			<b>248</b>	<b>6,3</b>	<b>6,7</b>	<b>53,8</b>	<b>302</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>81,9</b>	<b>110,2</b>	<b>393,4</b>	<b>2943</b>	<b>50,3</b>

Мед.сестра

Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н.КрыловаЕ

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.