





Утверждаю

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

# МЕНЮ

24 февраля 2024 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	23	5,8	5,9		78	0,2
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,3	14,4	22,1	239	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,5	3,5	19,7	126	0,6
2008		БАТОН	45					0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>19,7</b>	<b>28,4</b>	<b>42,1</b>	<b>506</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	223	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>223</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	65	1	0,1	5,5	27	2,6
2008	122	СУП-ПЮРЕ МОЛОЧНЫЙ С МЯСОМ И ЯЙЦОМ	200/20	12,7	15,4	22,7	282	9,5
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	95	12,3	0,7	0,4	58	0,3
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	55	1	5,3	3,9	66	1,1
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/15	0,1		19,7	81	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	43/15	2,9	0,4	18,4	88	0
<b>Итого</b>			<b>858</b>	<b>33,6</b>	<b>26,5</b>	<b>108,3</b>	<b>808</b>	<b>15,1</b>
<b>Полдник</b>								
		СДОБА	100	7,4	5,1	52,1	285	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	203	5,7	6,3	9,3	118	1
<b>Итого</b>			<b>303</b>	<b>13,1</b>	<b>11,4</b>	<b>61,4</b>	<b>403</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	65	5,6	12,2	0,2	133	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	225	4,6	14,4	23	242	26,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200/13			12,9	52	0
2008		БАТОН	45					0
<b>Итого</b>			<b>548</b>	<b>10,2</b>	<b>26,6</b>	<b>36,1</b>	<b>427</b>	<b>26,7</b>
<b>II Ужин</b>								
2008	435	КЕФИР	184	5,9	5,5	7,3	105	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
<b>Итого</b>			<b>214</b>	<b>8,2</b>	<b>8,4</b>	<b>29,6</b>	<b>230</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>85,8</b>	<b>101,5</b>	<b>297,3</b>	<b>2460</b>	<b>48,2</b>

Мед.сестра \_\_\_\_\_ Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н. Крылова Е.Е.

Повар \_\_\_\_\_ Платонова Е. С. Киселева В.М.



Утверждаю

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

# МЕНЮ

24 февраля 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	24	6,1	6,2		81	0,2
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,3	14,4	23,2	244	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200/12	3,7	3,5	20,3	129	0,6
2008		БАТОН	99					0
<b>Итого</b>			<b>575</b>	<b>20,2</b>	<b>28,7</b>	<b>43,8</b>	<b>517</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	223	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>223</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	108	1,5	0,1	8,3	40	3,9
2008	122	СУП-ПЮРЕ МОЛОЧНЫЙ С МЯСОМ И ЯЙЦОМ	250/20	13	19	26,9	332	11,4
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	115	15,4	0,9	0,7	73	0,5
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,7	3,5	59	1
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,3	5,5	45,2	247	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/15	0,1		18,6	76	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	88/15	5,8	0,8	37,4	180	0
<b>Итого</b>			<b>1041</b>	<b>41</b>	<b>31</b>	<b>140,6</b>	<b>1007</b>	<b>18,4</b>
<b>Полдник</b>								
		СДОБА	100	7,4	5,1	52,1	285	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	223	6,3	6,9	10,2	130	1,2
<b>Итого</b>			<b>323</b>	<b>13,7</b>	<b>12</b>	<b>62,3</b>	<b>415</b>	<b>1,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	69	5,6	12,2	0,2	133	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	250	5,4	18,1	27,4	296	30,2
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200/13			12,9	52	0
2008		БАТОН	99					0
<b>Итого</b>			<b>631</b>	<b>11</b>	<b>30,3</b>	<b>40,5</b>	<b>481</b>	<b>30,2</b>
<b>II Ужин</b>								
2008	435	КЕФИР	245	7,8	7,3	9,8	140	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
<b>Итого</b>			<b>275</b>	<b>10,1</b>	<b>10,2</b>	<b>32,1</b>	<b>265</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>97</b>	<b>112,4</b>	<b>339,1</b>	<b>2771</b>	<b>55,2</b>

Мед.сестра

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

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.