

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 марта 2024 г.

1-3 лет

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|----------------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 13 | 3,35 | 3,41 | 0,00 | 44,83 | 0,09 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 4,16 | 8,29 | 20,94 | 175,50 | 0,43 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150/12 | 2,68 | 2,59 | 18,44 | 108,35 | 0,43 |
| 2008 | | БАТОН | 33 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 358 | 10,19 | 14,29 | 39,38 | 328,68 | 0,95 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ | 157/113 | 1,44 | 0,38 | 36,70 | 157,51 | 3,85 |
| Итого | | | 270 | 1,44 | 0,38 | 36,70 | 157,51 | 3,85 |
| Обед | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ | 11 | 0,33 | 0,02 | 0,68 | 4,20 | 0,43 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 180/25 | 5,05 | 5,81 | 11,03 | 116,85 | 5,50 |
| 2008 | 294 | ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ | 140 | 11,85 | 13,85 | 30,90 | 295,97 | 0,31 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200/13 | 0,00 | 0,00 | 12,90 | 51,59 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 27/14 | 1,77 | 0,23 | 11,30 | 54,39 | 0,00 |
| Итого | | | 610 | 19,00 | 19,91 | 66,81 | 523,00 | 6,24 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 27 | 1,57 | 1,25 | 20,00 | 97,60 | 0,00 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ, МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ | 110/150 | 6,32 | 11,53 | 23,82 | 228,68 | 0,57 |
| | | ЯБЛОКО | 94 | 0,37 | 0,37 | 8,92 | 42,80 | 3,76 |
| Итого | | | 381 | 8,26 | 13,15 | 52,74 | 369,08 | 4,33 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНый | 23 | 0,19 | 0,02 | 0,40 | 3,03 | 1,17 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 175 | 7,34 | 10,13 | 17,48 | 190,79 | 8,65 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150/12 | 0,17 | 0,00 | 13,29 | 54,49 | 0,66 |
| 2008 | | БАТОН | 33 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 393 | 7,70 | 10,15 | 31,17 | 248,31 | 10,48 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР, МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ | 100/150 | 4,39 | 9,21 | 20,26 | 185,37 | 0,00 |
| Итого | | | 250 | 4,39 | 9,21 | 20,26 | 185,37 | 0,00 |
| Всего | | | | 50,98 | 67,09 | 247,06 | 1 811,95 | 25,85 |

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

11 марта 2024 г.

Дет.сад 3-7 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|------------------|---------------|-------------------------|------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 40 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 5,20 | 2,00 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 215 | 8,84 | 13,75 | 21,09 | 243,90 | 10,44 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/12/7 | 0,18 | 0,01 | 12,07 | 50,27 | 1,17 |
| 2008 | | БАТОН | 42 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 516 | 9,34 | 13,80 | 33,84 | 299,37 | 13,61 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 187 | 5,98 | 5,60 | 7,47 | 106,48 | 0,00 |
| Итого | | | 187 | 5,98 | 5,60 | 7,47 | 106,48 | 0,00 |
| Всего | | | | 15,32 | 19,40 | 41,31 | 405,85 | 13,61 |

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

11 марта 2024 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 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 13 | 3,34 | 3,41 | 0,00 | 44,82 | 0,09 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА"ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 6,11 | 12,01 | 31,42 | 259,11 | 0,57 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200/12 | 3,42 | 3,41 | 19,65 | 123,87 | 0,57 |
| 2008 | | БАТОН | 42 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 467 | 12,87 | 18,83 | 51,07 | 427,80 | 1,23 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 210 | 1,00 | 0,20 | 19,80 | 86,00 | 4,00 |
| Итого | | | 210 | 1,00 | 0,20 | 19,80 | 86,00 | 4,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ | 37 | 1,11 | 0,07 | 2,33 | 14,31 | 1,48 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 200/25 | 5,72 | 5,87 | 12,29 | 125,12 | 6,14 |
| 2008 | 294 | ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ | 185 | 14,57 | 15,81 | 36,19 | 345,79 | 0,42 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С | 200/13 | 0,00 | 0,00 | 12,90 | 51,59 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 43/14 | 2,87 | 0,38 | 18,37 | 88,38 | 0,00 |
| Итого | | | 717 | 24,27 | 22,13 | 82,08 | 625,19 | 8,04 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 43 | 2,56 | 2,04 | 32,50 | 158,60 | 0,00 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 165 | 4,88 | 5,38 | 7,91 | 100,88 | 0,90 |
| | | ЯБЛОКО | 94 | 0,37 | 0,37 | 8,92 | 42,80 | 3,76 |
| Итого | | | 302 | 7,81 | 7,79 | 49,33 | 302,28 | 4,66 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНый | 40 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 5,20 | 2,00 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 215 | 8,85 | 13,75 | 21,20 | 244,42 | 10,52 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/12/7 | 0,17 | 0,00 | 13,29 | 54,51 | 0,67 |
| 2008 | | БАТОН | 42 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 516 | 9,34 | 13,79 | 35,17 | 304,13 | 13,19 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 156 | 4,98 | 4,67 | 6,23 | 88,73 | 0,00 |
| Итого | | | 156 | 4,98 | 4,67 | 6,23 | 88,73 | 0,00 |
| Всего | | | | 60,27 | 67,41 | 243,68 | 1 834,13 | 31,12 |

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

11 марта 2024 г.

7-11 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 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 14 | 3,65 | 3,73 | 0,00 | 48,96 | 0,10 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 20 | 2,48 | 2,24 | 0,14 | 30,65 | 0,00 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 5,81 | 11,95 | 29,76 | 250,73 | 0,57 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200/12 | 3,49 | 3,41 | 18,72 | 120,39 | 0,57 |
| 2008 | | БАТОН | 93 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 539 | 15,43 | 21,33 | 48,62 | 450,73 | 1,24 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 210 | 1,00 | 0,20 | 19,80 | 86,00 | 4,00 |
| Итого | | | 210 | 1,00 | 0,20 | 19,80 | 86,00 | 4,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ | 52 | 1,56 | 0,10 | 3,28 | 20,19 | 2,08 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 250/25 | 7,04 | 4,67 | 15,54 | 132,73 | 7,77 |
| 2008 | 294 | ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ | 205 | 14,95 | 18,89 | 36,24 | 375,31 | 0,47 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С | 200/12 | 0,00 | 0,00 | 11,62 | 46,44 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 84/14 | 5,56 | 0,74 | 35,61 | 171,33 | 0,00 |
| Итого | | | 842 | 29,11 | 24,40 | 102,29 | 746,00 | 10,32 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 50 | 2,95 | 2,35 | 37,50 | 183,00 | 0,00 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 219 | 6,47 | 7,14 | 10,49 | 133,86 | 1,20 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 140 | 0,56 | 0,56 | 13,72 | 65,78 | 14,00 |
| Итого | | | 409 | 9,98 | 10,05 | 61,71 | 382,64 | 15,20 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНый | 44 | 0,35 | 0,04 | 0,75 | 5,72 | 2,20 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 240 | 10,88 | 12,96 | 22,46 | 250,35 | 11,04 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/12/7 | 0,14 | 0,00 | 11,95 | 49,03 | 0,69 |
| 2008 | | БАТОН | 47 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 550 | 11,37 | 13,00 | 35,16 | 305,10 | 13,93 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 208 | 6,64 | 6,23 | 8,30 | 118,28 | 0,00 |
| Итого | | | 208 | 6,64 | 6,23 | 8,30 | 118,28 | 0,00 |
| Всего | | | | 73,53 | 75,21 | 275,88 | 2 088,75 | 44,69 |

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

11 марта 2024 г.

12- 18 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) | 19 | 4,97 | 5,07 | 0,00 | 66,61 | 0,14 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 250 | 7,58 | 17,07 | 39,07 | 341,21 | 0,73 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200/12 | 3,59 | 3,41 | 17,30 | 115,14 | 0,57 |
| 2008 | | БАТОН | 116 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 597 | 16,14 | 25,55 | 56,37 | 522,96 | 1,44 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 210 | 1,00 | 0,20 | 19,80 | 86,00 | 4,00 |
| Итого | | | 210 | 1,00 | 0,20 | 19,80 | 86,00 | 4,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ | 59 | 1,76 | 0,12 | 3,69 | 22,70 | 2,34 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 300/25 | 8,13 | 8,77 | 17,95 | 183,70 | 8,96 |
| 2008 | 294 | ПУДИНГ РИСОВЫЙ С МЯСОМ | 210 | 17,10 | 20,68 | 39,29 | 412,13 | 0,47 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ. С | 200/10 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 105/20 | 8,28 | 1,10 | 52,99 | 254,95 | 0,00 |
| Итого | | | 929 | 35,27 | 30,67 | 123,60 | 912,18 | 11,77 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 50 | 2,95 | 2,35 | 37,50 | 183,00 | 0,00 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 219 | 6,47 | 7,14 | 10,49 | 133,86 | 1,20 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 97 | 0,39 | 0,39 | 9,49 | 45,51 | 9,68 |
| Итого | | | 366 | 9,81 | 9,88 | 57,48 | 362,37 | 10,88 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 85 | 0,68 | 0,09 | 1,45 | 11,05 | 4,25 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 335 | 12,08 | 56,36 | 28,87 | 671,54 | 14,35 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/12/7 | 0,13 | 0,00 | 9,97 | 40,89 | 0,50 |
| 2008 | | БАТОН | 116 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 755 | 12,89 | 56,45 | 40,29 | 723,48 | 19,10 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 208 | 6,64 | 6,23 | 8,30 | 118,28 | 0,00 |
| Итого | | | 208 | 6,64 | 6,23 | 8,30 | 118,28 | 0,00 |
| Всего | | | | 81,75 | 128,98 | 305,84 | 2 725,27 | 47,19 |

Мед.сестра _____

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

Повар _____

Платонова Е. С. Киселева В.М.