

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 марта 2024 г.

1-3 лет

Сборник рецептов	№ 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)	19	4,96	5,05	0,00	66,39	0,14
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МОЛОКОМ	150	6,14	13,60	26,22	252,15	0,30
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	150/13	1,66	1,76	15,62	85,37	0,31
2008		БАТОН	32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			404	17,86	25,01	42,14	466,91	0,75
II Завтрак								
		ЯБЛОКО	165/100	0,53	0,53	13,10	62,83	5,51
Итого			265	0,53	0,53	13,10	62,83	5,51
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	35	0,38	0,07	1,32	8,37	8,71
2008	107	СУП С КРУПОЙ И ПТИЦЕЙ	180/20	4,49	8,59	7,21	124,20	0,63
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	130	9,99	19,95	18,43	294,47	20,31
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150/13	0,00	0,00	12,90	51,59	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ	27/14	1,77	0,23	11,30	54,39	0,00
Итого			569	16,63	28,84	51,16	533,02	29,65
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	55	5,52	10,87	26,57	226,00	0,07
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150/12	0,05	0,01	13,07	53,57	0,96
		МОЛОЧНАЯ КАША	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			367	5,57	10,88	39,64	279,57	1,03
Ужин								
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ (СОТЭ)	65	9,01	0,26	0,33	39,73	0,31
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	150/100	5,56	10,75	30,02	239,26	11,68
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	55	0,98	5,34	3,92	66,49	1,09
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	177	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		БАТОН	32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			579	16,30	16,50	49,12	409,98	16,08
II Ужин								
2008	435	КЕФИР, МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ	135/150	9,92	19,48	41,95	391,07	0,00
Итого			285	9,92	19,48	41,95	391,07	0,00
Всего				66,81	101,24	237,11	2 143,38	53,02

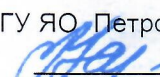
Мед.сестра

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

29 марта 2024 г.

Дет.сад 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		
Ужин								
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	85	11,83	0,34	0,33	51,68	0,36
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	175	6,55	19,46	36,94	349,40	13,44
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	55	0,98	5,34	3,92	66,49	1,09
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	235	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2008		БАТОН	42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			592	20,36	25,34	60,99	553,57	18,89
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	195	6,24	5,85	7,80	111,15	0,00
Итого			195	6,24	5,85	7,80	111,15	0,00
Всего				26,60	31,19	68,79	664,72	18,89

Мед.сестра



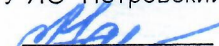
Сахарова Е.Ю. Мясникова Н.Н.Крылова Е.Е.

Повар



Платонова Е. С. Киселева В.М.

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 марта 2024 г.

3-7 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)	32	8,27	8,43	0,00	110,79	0,23
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МОЛОКОМ	200	6,65	14,21	26,93	262,70	0,40
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200/13	2,22	2,38	16,53	97,01	0,41
2008		БАТОН	42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			527	22,24	29,62	43,76	533,50	1,04
II Завтрак								
		ЯБЛОКО	164	0,64	0,64	15,62	74,89	6,57
Итого			164	0,64	0,64	15,62	74,89	6,57
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,77	0,14	2,64	16,70	17,40
2008	107	СУП С КРУПОЙ И ПТИЦЕЙ	200/20	5,76	9,56	9,20	145,80	0,65
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	185	12,47	20,88	26,58	346,14	31,44
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	47/14	3,09	0,41	19,78	95,18	0,00
Итого			749	22,09	30,99	71,10	655,41	49,49
Полдник								
1996	701	СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	145	14,47	30,38	26,75	438,47	0,05
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/12	0,11	0,01	13,25	55,55	1,92
Итого			357	14,58	30,39	40,00	494,02	1,97
Ужин								
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	85	11,83	0,34	0,33	51,68	0,36
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	175	6,55	19,46	36,94	349,40	13,44
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	55	0,98	5,34	3,92	66,49	1,09
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	235	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2008		БАТОН	42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			592	20,36	25,34	60,99	553,57	18,89
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	163	5,21	4,88	6,51	92,72	0,00
Итого			163	5,21	4,88	6,51	92,72	0,00
Всего				85,12	121,86	237,98	2 404,11	77,96

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

29 марта 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		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	36	9,32	9,50	0,00	124,89	0,25
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МОЛОКОМ	200	6,82	13,99	28,30	266,81	0,40
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200/12	2,23	2,38	15,27	92,02	0,42
2008		БАТОН	92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			580	23,47	30,47	43,87	546,72	1,07
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	217	0,87	0,87	21,27	101,99	21,70
Итого			217	0,87	0,87	21,27	101,99	21,70
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	95	1,05	0,19	3,61	22,80	23,75
2008	107	СУП С КРУПОЙ И ПТИЦЕЙ	250/20	6,29	12,53	10,52	180,24	0,78
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	210	13,89	28,73	28,96	432,02	34,20
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	90/18	5,96	0,79	38,15	183,56	0,00
Итого			895	27,19	42,24	92,86	865,06	58,73
Полдник								
1996	701	СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	135	15,74	23,90	40,10	438,69	0,10
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/12	0,09	0,01	11,92	49,81	1,63
Итого			347	15,83	23,91	52,02	488,50	1,73
Ужин								
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	105	14,69	0,44	0,57	64,75	0,52
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	220	6,94	14,80	45,61	343,72	17,86
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,86	4,70	3,46	58,56	0,96
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	235	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2008		БАТОН	92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			702	23,49	20,14	69,44	553,03	23,34
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	217	6,94	6,51	8,68	123,69	0,00
Итого			217	6,94	6,51	8,68	123,69	0,00
Всего				97,79	124,14	288,14	2 678,99	106,57

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

29 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)	44	11,29	11,51	0,00	151,31	0,31
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МОЛОКОМ	250	8,22	20,39	34,02	352,84	0,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	185/15	3,62	3,88	20,42	132,00	0,67
2008		БАТОН	116	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			610	23,13	35,78	54,44	636,15	1,48
II Завтрак								
2008	442	ЯБЛОКО	220	0,88	0,88	21,56	103,40	22,00
Итого			220	0,88	0,88	21,56	103,40	22,00
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	133	1,46	0,27	5,05	31,92	33,25
2008	107	СУП С КРУПОЙ И ПТИЦЕЙ	300/20	6,73	12,88	10,83	186,36	0,92
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	210	16,25	38,55	30,46	535,98	34,32
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	200/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	90/28	5,96	0,79	38,15	183,56	0,00
Итого			991	30,40	52,49	94,17	976,52	68,49
Полдник								
1996	701	СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	150	14,45	35,33	22,81	467,12	0,05
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200/12	0,11	0,01	10,03	42,66	1,92
Итого			362	14,56	35,34	32,84	509,78	1,97
Ужин								
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ	105	14,68	0,44	0,51	64,50	0,49
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	235	8,52	29,00	46,05	479,59	18,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	60	1,12	6,08	4,46	75,64	1,24
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	235	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2008		БАТОН	116	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			751	25,32	35,72	70,82	705,73	23,73
II Ужин								
2008	435	КЕФИР	217	6,94	6,51	8,68	123,69	0,00
Итого			217	6,94	6,51	8,68	123,69	0,00
Всего				101,23	166,72	282,51	3 055,27	117,67

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

Повар  Платонова Е. С. Киселева В.М.