

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА И ЯБЛОК СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	170/35	5,64	10,02	51,79	337,85	2,15
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	2,22	2,38	19,76	109,93	0,41
2008		БАТОН	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			415	7,96	20,70	71,65	522,78	2,56
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,20	0,02	0,62	3,47	2,48
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б	180	8,15	7,65	10,58	144,41	9,24
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	65	8,26	4,71	1,68	82,53	0,59
2008	323	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	120/100	2,96	3,09	31,13	164,12	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150/12	0,07	0,07	14,58	59,64	0,71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	27/13	1,77	0,23	11,30	54,39	0,00
Итого			692	21,41	15,77	69,89	508,56	13,02
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	115	1,29	6,84	8,12	99,72	5,37
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,07	0,00	13,04	52,39	0,01
2008		БАТОН	9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			386	1,76	7,24	30,94	199,00	15,36
Ужин								
2008	292	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	60	8,15	9,66	0,03	119,40	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	170/40	4,02	0,70	21,93	111,55	17,77
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150/13	0,10	0,09	20,19	82,56	0,94
2008		БАТОН	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			503	17,37	15,05	42,45	376,51	18,71
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	116	2,90	3,02	12,76	89,32	0,00
2008		ЗЕФИР	17	0,13	0,02	13,30	54,33	0,00
Итого			133	3,03	3,04	26,06	143,65	0,00
Всего				52,43	61,98	259,17	1 827,90	53,25

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

30 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА И ЯБЛОК СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	220/50	5,96	14,89	60,85	424,84	2,88
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/12	3,75	3,68	16,58	115,85	0,52
2008		БАТОН	39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			536	9,81	26,87	77,53	615,69	3,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	240	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			240	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	71	0,57	0,07	1,77	9,90	7,07
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА КУБ	200	7,88	9,53	11,03	162,33	10,06
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	9,86	6,39	2,09	105,74	0,75
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,88	4,80	3,53	59,78	0,98
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ.С	200/12	0,10	0,10	13,97	57,68	0,99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	42/13	2,78	0,37	17,80	85,66	0,00
Итого			818	25,67	25,86	87,89	687,09	19,85
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ, СОСИСКА ОТВАРНАЯ	160/60	8,24	22,08	11,91	280,31	7,79
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,12	0,00	11,86	47,89	0,02
2008		БАТОН	17	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,83	47,16	10,04
Итого			549	8,76	22,48	33,60	375,36	17,85
Ужин								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ С МЯСОМ	195/40	12,55	7,57	24,93	219,43	20,09
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200/12	0,13	0,12	20,54	84,41	1,20
2008		БАТОН	39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			526	17,78	12,29	45,77	366,84	21,29
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	174	4,35	4,52	19,14	133,98	0,00
2008		ЗЕФИР	50	0,40	0,05	39,90	163,00	0,00
Итого			224	4,75	4,57	59,04	296,98	0,00
Всего				67,77	92,27	323,63	2 427,96	66,39

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

30 марта 2024 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,15	12,45	0,15	112,50	0,00
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА И ЯБЛОК СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	220/50	6,38	20,94	59,30	474,67	2,88
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/12	3,75	3,68	16,58	115,85	0,52
2008		БАТОН	86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			588	10,28	37,07	76,03	703,02	3,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	240	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2008		ГРУША	150	0,60	0,45	15,48	70,63	7,51
Итого			390	1,60	0,65	35,28	156,63	11,51
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,56	0,07	1,74	9,77	6,98
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б	250	8,76	8,95	13,80	171,79	12,41
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	105	12,63	7,02	2,59	124,52	0,92
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	45	0,83	4,51	3,31	56,12	0,92
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	4,80	6,13	50,26	274,63	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ.С	200/12	0,10	0,10	13,97	57,68	0,99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	85/17	5,63	0,75	36,03	173,37	0,00
Итого			984	33,31	27,53	121,70	867,88	22,22
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ, СОСИСКА ОТВАРНАЯ	220/60	8,87	24,17	16,01	318,41	10,56
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,10	0,00	11,82	47,64	0,02
2008		БАТОН	22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,83	47,16	10,04
Итого			614	9,37	24,57	37,66	413,21	20,62
Ужин								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ С МЯСОМ	215/40	13,52	8,12	26,62	235,21	22,23
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200/12	0,13	0,12	20,54	84,41	1,20
2008		БАТОН	86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			593	18,75	12,84	47,46	382,62	23,43
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	232	5,80	6,03	25,52	178,64	0,00
2008		ЗЕФИР	50	0,40	0,05	39,90	163,00	0,00
Итого			282	6,20	6,08	65,42	341,64	0,00
Всего				79,51	108,74	383,55	2 865,00	81,18

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

30 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,15	12,45	0,15	112,50	0,00
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА И ЯБЛОК СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	280/100	9,38	27,34	74,43	622,02	3,62
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200/12	3,98	3,83	14,73	110,92	0,52
2008		БАТОН	108	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			720	13,51	43,62	89,31	845,44	4,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	240	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2008		ГРУША	148	0,59	0,45	15,29	69,78	7,42
Итого			388	1,59	0,65	35,09	155,78	11,42
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	98	0,78	0,10	2,44	13,67	9,77
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ ИНА К/Б	300	9,63	9,13	16,51	188,23	14,82
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	105	13,54	7,13	2,53	128,72	0,90
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	4,80	6,13	50,26	274,63	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ.С	200/12	0,11	0,11	12,19	50,74	1,06
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	85/26	5,63	0,75	36,03	173,37	0,00
Итого			1026	34,49	23,35	119,96	829,36	26,55
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ, СОСИСКА ОТВАРНАЯ	220/60	8,85	24,17	15,86	317,75	10,54
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,10	0,00	14,72	59,25	0,02
2008		БАТОН	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО	101	0,40	0,40	9,92	47,58	10,12
Итого			611	9,35	24,57	40,50	424,58	20,68
Ужин								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ С МЯСОМ	275/40	16,01	9,06	37,66	297,94	30,31
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200/10	0,13	0,12	20,21	83,13	1,24
2008		БАТОН	108	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			673	21,24	13,78	58,17	444,07	31,55
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	232	5,80	6,03	25,52	178,64	0,00
2008		ЗЕФИР	50	0,40	0,05	39,90	163,00	0,00
Итого			282	6,20	6,08	65,42	341,64	0,00
Всего				86,38	112,05	408,45	3 040,87	94,34

Мед.сестра

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

Повар

Платонова Е. С. Киселева В.М.