

Утверждаю

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

## МЕНЮ

11 января 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  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |                                     |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 14            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                      | 19         | 5                 | 5,1         |              | 66                            | 0,1           |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                       | 40         | 5,1               | 4,6         | 0,3          | 63                            | 0             |
| 2008              | 184           | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ               | 150/7      | 3,8               | 7,9         | 17,3         | 156                           | 0,2           |
| 2008              | 432           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ          | 150        | 3,3               | 2,5         | 18,6         | 110                           | 0,2           |
| 2008              |               | БАТОН                               | 30         |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                     | <b>396</b> | <b>17,2</b>       | <b>20,1</b> | <b>36,2</b>  | <b>395</b>                    | <b>0,5</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                     |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                        | 100        | 0,5               | 0,1         | 9,9          | 43                            | 2             |
|                   |               | МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ                      | 150        | 2,8               | 7           | 16,1         | 141                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                     | <b>250</b> | <b>3,3</b>        | <b>7,1</b>  | <b>26</b>    | <b>184</b>                    | <b>2</b>      |
| <b>Обед</b>       |               |                                     |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              |               | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                      | 38         | 0,4               | 0,1         | 1,4          | 9                             | 9,5           |
| 2008              | 99            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ | 180/20     | 8                 | 6,4         | 13,4         | 145                           | 3,5           |
| 2008              | 266           | ПЛОВ С МЯСОМ                        | 150        | 11,7              | 13,6        | 30,2         | 291                           | 1             |
| 2008              | 401           | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                     | 150        | 0,3               | 0,1         | 17,2         | 71                            | 0             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ     | 30/15      | 2                 | 0,3         | 12,7         | 61                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                     | <b>583</b> | <b>22,4</b>       | <b>20,5</b> | <b>74,9</b>  | <b>577</b>                    | <b>14</b>     |
| <b>Полдник</b>    |               |                                     |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 43            | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛУКОМ          | 100        | 1,9               | 10,4        | 15,7         | 165                           | 8,9           |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 20         | 1,3               | 0,2         | 8,5          | 41                            | 0             |
|                   |               | ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ ФРУКТОВОЕ           | 150        | 0,9               | 0,3         | 27,6         | 119                           | 1             |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 150        |                   |             | 9,7          | 39                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                     | <b>420</b> | <b>4,1</b>        | <b>10,9</b> | <b>61,5</b>  | <b>364</b>                    | <b>9,9</b>    |
| <b>Ужин</b>       |               |                                     |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 209           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 160        | 5,4               | 8,8         | 34,3         | 237                           | 0             |
| 2008              | 125           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ        | 155        | 3                 | 9           | 19,9         | 175                           | 9,3           |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С КОНФЕТАМИ                     | 150        | 0,5               |             | 16           | 66                            | 0             |
| 2008              |               | БАТОН                               | 30         |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                     | <b>495</b> | <b>8,9</b>        | <b>17,8</b> | <b>70,2</b>  | <b>478</b>                    | <b>9,3</b>    |
| <b>II Ужин</b>    |               |                                     |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 435           | КЕФИР                               | 100        | 3,2               | 3           | 4            | 57                            | 0             |
|                   |               | МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ                      | 210        | 3,1               | 7,8         | 18           | 158                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                     | <b>310</b> | <b>6,3</b>        | <b>10,8</b> | <b>22</b>    | <b>215</b>                    | <b>0</b>      |
| <b>Всего</b>      |               |                                     |            | <b>62,2</b>       | <b>87,2</b> | <b>290,8</b> | <b>2213</b>                   | <b>35,7</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

11 января 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 |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |                                       |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 14            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                        | 19         | 5                 | 5,1         |              | 67                            | 0,1            |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                         | 40         | 5,1               | 4,6         | 0,3          | 63                            | 0              |
| 2008              | 184           | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ                 | 200/7      | 4,8               | 9,4         | 22,1         | 192                           | 0,2            |
| 2008              | 432           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ            | 200/15     | 3,4               | 3,1         | 21,8         | 129                           | 0,2            |
| 2008              |               | БАТОН                                 | 50         |                   |             |              |                               | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>531</b> | <b>18,3</b>       | <b>22,2</b> | <b>44,2</b>  | <b>451</b>                    | <b>0,5</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>       |               |                                       |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              |               | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                        | 50         | 0,6               | 0,1         | 1,9          | 12                            | 12,5           |
| 2008              | 99            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ   | 200/20     | 9,1               | 8,1         | 16           | 174                           | 3,7            |
| 2008              | 266           | ПЛОВ С МЯСОМ                          | 180        | 13,9              | 16,2        | 36,3         | 346                           | 1,4            |
| 2008              | 401           | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                       | 200        | 0,4               | 0,1         | 21,9         | 90                            | 0              |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ       | 50/15      | 3,3               | 0,4         | 21,2         | 102                           | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>715</b> | <b>27,3</b>       | <b>24,9</b> | <b>97,3</b>  | <b>724</b>                    | <b>17,6</b>    |
| <b>Полдник</b>    |               |                                       |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 43            | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛУКОМ            | 100        | 1,9               | 10,4        | 15,7         | 165                           | 8,9            |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 15         | 1                 | 0,1         | 6,4          | 31                            | 0              |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200/12     |                   |             | 12,1         | 48                            | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>327</b> | <b>2,9</b>        | <b>10,5</b> | <b>34,2</b>  | <b>244</b>                    | <b>8,9</b>     |
| <b>Ужин</b>       |               |                                       |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 209           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 150        | 5,6               | 4,7         | 36           | 209                           | 0,7            |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С КОНФЕТАМИ                       | 200        | 0,8               |             | 24           | 99                            | 0              |
| 2008              |               | БАТОН                                 | 50         |                   |             |              |                               | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>400</b> | <b>6,4</b>        | <b>4,7</b>  | <b>60</b>    | <b>308</b>                    | <b>0,7</b>     |
| <b>II Ужин</b>    |               |                                       |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 435           | КЕФИР                                 | 150        | 4,8               | 4,5         | 6            | 86                            | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>150</b> | <b>4,8</b>        | <b>4,5</b>  | <b>6</b>     | <b>86</b>                     | <b>0</b>       |
| <b>Всего</b>      |               |                                       |            | <b>60,7</b>       | <b>67</b>   | <b>261,5</b> | <b>1899</b>                   | <b>31,7</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

11 января 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)                        | 19         | 5                 | 5,1         |              | 67                            | 0,1           |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                         | 40         | 5,1               | 4,6         | 0,3          | 63                            | 0             |
| 2008              | 184           | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ                 | 200/7      | 4,8               | 9,1         | 21,4         | 187                           | 0,2           |
| 2008              | 432           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ            | 200/15     | 3,3               | 3,1         | 22           | 130                           | 0,2           |
| 2008              |               | БАТОН                                 | 100        |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>581</b> | <b>18,2</b>       | <b>21,9</b> | <b>43,7</b>  | <b>447</b>                    | <b>0,5</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>       |               |                                       |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              |               | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                        | 71         | 0,8               | 0,1         | 2,7          | 17                            | 17,6          |
| 2008              | 99            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ   | 250/20     | 11,1              | 9,6         | 19,1         | 207                           | 4,6           |
| 2008              | 266           | ПЛОВ С МЯСОМ                          | 200        | 15,7              | 19,3        | 40,9         | 401                           | 1,3           |
| 2008              | 401           | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                       | 200        | 0,3               | 0,1         | 20,7         | 85                            | 0             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ       | 100/30     | 6,6               | 0,9         | 42,4         | 204                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>871</b> | <b>34,5</b>       | <b>30</b>   | <b>125,8</b> | <b>914</b>                    | <b>23,5</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |                                       |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 43            | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛУКОМ            | 100        | 1,9               | 10,4        | 15,5         | 163                           | 8,7           |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 16         | 1                 | 0,1         | 6,7          | 32                            | 0             |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200/12     |                   |             | 11,1         | 44                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>328</b> | <b>2,9</b>        | <b>10,5</b> | <b>33,3</b>  | <b>239</b>                    | <b>8,7</b>    |
| <b>Ужин</b>       |               |                                       |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 209           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 200        | 7,7               | 6,6         | 49,1         | 287                           | 0,8           |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С КОНФЕТАМИ                       | 200        | 0,8               |             | 24           | 99                            | 0             |
| 2008              |               | БАТОН                                 | 100        |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>500</b> | <b>8,5</b>        | <b>6,6</b>  | <b>73,1</b>  | <b>386</b>                    | <b>0,8</b>    |
| <b>II Ужин</b>    |               |                                       |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 435           | КЕФИР                                 | 200        | 6,4               | 6           | 8            | 114                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                                       | <b>200</b> | <b>6,4</b>        | <b>6</b>    | <b>8</b>     | <b>114</b>                    | <b>0</b>      |
| <b>Всего</b>      |               |                                       |            | <b>71,5</b>       | <b>75,2</b> | <b>303,7</b> | <b>2186</b>                   | <b>37,5</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**  
 11 января 2024 г.

**12- 18 лет**

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                    | Выход       | Химический состав |             |               | Энергетическая ценность, ккал | Вита- мин С, мг |
|------------------|---------------|---------------------------------------|-------------|-------------------|-------------|---------------|-------------------------------|-----------------|
|                  |               |                                       |             | Белки, г          | Жиры, г     | Угле- воды, г |                               |                 |
| <b>Обед</b>      |               |                                       |             |                   |             |               |                               |                 |
| 2008             |               | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                        | 104         | 1,1               | 0,2         | 4             | 25                            | 26,1            |
| 2008             | 99            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ   | 300         | 12,3              | 13,8        | 21            | 257                           | 5,7             |
| 2008             | 266           | ПЛОВ С МЯСОМ                          | 270         | 20,8              | 31,6        | 53,4          | 580                           | 2,4             |
| 2008             | 401           | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                       | 250         | 0,4               | 0,1         | 30,7          | 126                           | 0               |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ       | 100/30      | 6,6               | 0,9         | 42,4          | 204                           | 0               |
| <b>Итого</b>     |               |                                       | <b>1054</b> | <b>41,2</b>       | <b>46,6</b> | <b>151,5</b>  | <b>1192</b>                   | <b>34,2</b>     |
| <b>Полдник</b>   |               |                                       |             |                   |             |               |                               |                 |
| 2008             | 43            | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛУКОМ            | 155         | 2,9               | 20,5        | 23,6          | 292                           | 13,3            |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 30          | 2                 | 0,3         | 12,7          | 61                            | 0               |
| 2008             | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200/12      |                   |             | 9,7           | 39                            | 0               |
| <b>Итого</b>     |               |                                       | <b>397</b>  | <b>4,9</b>        | <b>20,8</b> | <b>46</b>     | <b>392</b>                    | <b>13,3</b>     |
| <b>Ужин</b>      |               |                                       |             |                   |             |               |                               |                 |
| 2008             | 209           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 270         | 10,4              | 9,4         | 65,3          | 385                           | 1,4             |
| 2008             | 430           | ЧАЙ С КОНФЕТАМИ                       | 200         | 1,1               |             | 31,9          | 132                           | 0               |
| 2008             |               | БАТОН                                 | 100         |                   |             |               |                               | 0               |
| <b>Итого</b>     |               |                                       | <b>570</b>  | <b>11,5</b>       | <b>9,4</b>  | <b>97,2</b>   | <b>517</b>                    | <b>1,4</b>      |
| <b>II Ужин</b>   |               |                                       |             |                   |             |               |                               |                 |
| 2008             | 435           | КЕФИР                                 | 250         | 8                 | 7,5         | 10            | 143                           | 0               |
| <b>Итого</b>     |               |                                       | <b>250</b>  | <b>8</b>          | <b>7,5</b>  | <b>10</b>     | <b>143</b>                    | <b>0</b>        |
| <b>Всего</b>     |               |                                       |             | <b>65,6</b>       | <b>84,3</b> | <b>304,7</b>  | <b>2244</b>                   | <b>48,9</b>     |

Мед.сестра \_\_\_\_\_

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

Повар \_\_\_\_\_

Платонова Е. С. Киселева В.М.