

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 января 2024 г.

0- до 1 года

| 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 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 107 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 | 0 |
| 2008 | 185 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ | 270 | 10,1 | 15,4 | 45,9 | 363 | 1 |
| | | МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ | 64 | 1,4 | 3,5 | 8,1 | 71 | 0 |
| Итого | | | 441 | 16,4 | 23,4 | 54,3 | 495 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ, ЯБЛОКО | 310/100 | 2,2 | 1,2 | 63,4 | 281 | 10,7 |
| Итого | | | 410 | 2,2 | 1,2 | 63,4 | 281 | 10,7 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ | 180/20 | 7,2 | 12,5 | 18,4 | 213 | 6,1 |
| 2008 | 325 | РИСОВАЯ КАША | 185 | 3,5 | 8,6 | 35,6 | 233 | 0 |
| 2008 | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150/12 | 0,2 | 0,2 | 14,7 | 63 | 2,1 |
| Итого | | | 547 | 10,9 | 21,3 | 68,7 | 509 | 8,2 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | МОЛОЧНАЯ КАША | 64 | 1,4 | 3,5 | 8,1 | 71 | 0 |
| 2008 | | ГРУША | | | | | | 0 |
| Итого | | | 64 | 1,4 | 3,5 | 8,1 | 71 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 190 | 21,2 | 34,4 | 31,6 | 521 | 10,6 |
| Итого | | | 190 | 21,2 | 34,4 | 31,6 | 521 | 10,6 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ | 15 | 1,4 | 3,6 | 8,3 | 73 | 0 |
| Итого | | | 15 | 1,4 | 3,6 | 8,3 | 73 | 0 |
| Всего | | | | 53,5 | 87,4 | 234,4 | 1950 | 30,5 |

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

9 января 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) | 68 | 17,3 | 17,7 | | 232 | 0,5 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0 |
| 2008 | 185 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ | 270 | 10,1 | 15,4 | 45,9 | 363 | 1 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150/12 | 6,6 | 6,2 | 24 | 180 | 1 |
| 2008 | | БАТОН | 43 | | | | | 0 |
| Итого | | | 583 | 39,1 | 43,9 | 70,2 | 838 | 2,5 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 0,8 | 0,2 | 14,9 | 65 | 3 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 185 | 0,7 | 0,7 | 18,1 | 87 | 18,5 |
| Итого | | | 385 | 1,5 | 0,9 | 33 | 152 | 21,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА | 55 | 0,7 | 9,8 | 3,8 | 106 | 4,7 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ | 180/20 | 8,1 | 12,6 | 24,9 | 244 | 6,1 |
| 2008 | 250 | СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ) | 125 | 24,7 | 22,3 | 8,6 | 332 | 0,46 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 155 | 3,8 | 6,5 | 33,6 | 208 | 0 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 70 | 1,3 | 7,1 | 5,2 | 88 | 1,4 |
| 2008 | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ.С | 150/12 | 0,2 | 0,2 | 14,7 | 63 | 2,1 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 40/18 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 825 | 41,4 | 58,9 | 107,8 | 1123 | 14,76 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 467 | ПИРОГИ С ПОВИДЛОМ | 200 | 15,8 | 26,3 | 161,4 | 944 | 0,8 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/12 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0,02 |
| 2008 | | МАНДАРИН | 432 | 3,5 | 0,9 | 32,4 | 164 | 164,2 |
| Итого | | | 794 | 19,4 | 27,2 | 203,7 | 1148 | 165,02 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 50 | 0,4 | 0,1 | 0,9 | 7 | 2,5 |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 285 | 22,9 | 36 | 35 | 556 | 11,4 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 85 | 1,6 | 8,5 | 6,2 | 106 | 1,7 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 150/12 | 0,5 | 0,1 | 14,5 | 64 | 14,4 |
| 2008 | | БАТОН | 43 | | | | | 0 |
| Итого | | | 625 | 25,4 | 44,7 | 56,6 | 733 | 30 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 180 | 5,8 | 5,4 | 7,2 | 103 | 0 |
| Итого | | | 180 | 5,8 | 5,4 | 7,2 | 103 | 0 |
| Всего | | | | 132,6 | 181 | 478,5 | 4097 | 233,78 |

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

9 января 2024 г.

Дет.сад 3-6 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 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 47 | 0,4 | | 0,8 | 6 | 2,3 |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 345 | 22 | 35,1 | 39 | 563 | 14,2 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 55 | 1 | 5,3 | 3,9 | 66 | 1,1 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 200/12 | 0,6 | 0,1 | 17,8 | 78 | 15,2 |
| 2008 | | БАТОН | 56 | | | | | 0 |
| Итого | | | 715 | 24 | 40,5 | 61,5 | 713 | 32,8 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 240 | 7,7 | 7,2 | 9,6 | 137 | 0 |
| Итого | | | 240 | 7,7 | 7,2 | 9,6 | 137 | 0 |
| Всего | | | | 31,7 | 47,7 | 71,1 | 850 | 32,8 |

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

9 января 2024 г.

7-11 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) | 68 | 17,4 | 17,7 | | 233 | 0,5 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0 |
| 2008 | 185 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ | 335 | 12,7 | 17,2 | 55 | 426 | 1,3 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200/15 | 8,1 | 7,8 | 36 | 248 | 1,3 |
| 2008 | | БАТОН | 123 | | | | | 0 |
| Итого | | | 781 | 43,3 | 47,3 | 91,3 | 970 | 3,1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 270 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 185 | 0,7 | 0,7 | 18,1 | 87 | 18,5 |
| Итого | | | 455 | 1,7 | 0,9 | 37,9 | 173 | 22,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА | 90 | 1,2 | 9,9 | 6,9 | 122 | 8,4 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ | 250/20 | 9,1 | 13,1 | 28,2 | 267 | 7,8 |
| 2008 | 250 | СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ) | 180 | 34,9 | 22,5 | 8,6 | 375 | 0,66 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 235 | 5,8 | 9,9 | 51,6 | 319 | 0 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 85 | 1,6 | 8,5 | 6,2 | 106 | 1,7 |
| 2008 | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ.С | 200/15 | 0,2 | 0,2 | 24,4 | 102 | 2,1 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 205/30 | 9,6 | 1,3 | 61,5 | 296 | 0 |
| Итого | | | 1310 | 62,4 | 65,4 | 187,4 | 1587 | 20,66 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 467 | ПИРОГИ С ПОВИДЛОМ | 250 | 17,2 | 26,4 | 200,2 | 1106 | 0,9 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/12 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0,02 |
| 2008 | | МАНДАРИН | 432 | 3,5 | 0,9 | 32,4 | 164 | 164,2 |
| Итого | | | 879 | 20,8 | 27,3 | 242,5 | 1310 | 165,12 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 80 | 0,6 | 0,1 | 1,4 | 10 | 4 |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 380 | 26 | 38,4 | 42,5 | 619 | 14,6 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 85 | 1,6 | 8,5 | 6,2 | 106 | 1,7 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 200/12 | 0,5 | 0,1 | 14,5 | 64 | 14,4 |
| 2008 | | БАТОН | 123 | | | | | 0 |
| Итого | | | 880 | 28,7 | 47,1 | 64,6 | 799 | 34,7 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 240 | 7,7 | 7,2 | 9,6 | 137 | 0 |
| Итого | | | 240 | 7,7 | 7,2 | 9,6 | 137 | 0 |
| Всего | | | 164,6 | 195,2 | 633,3 | 4976 | 246,08 | |

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

9 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 63 | 16,1 | 16,5 | | 216 | 0,4 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0 |
| 2008 | 185 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ | 310 | 11 | 12,7 | 40 | 320 | 1,3 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200/15 | 7,6 | 7,8 | 28,6 | 216 | 1,3 |
| 2008 | | БАТОН | 56 | | | | | 0 |
| Итого | | | 684 | 39,8 | 41,6 | 68,9 | 815 | 3 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 265 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 198 | 0,8 | 0,8 | 19,4 | 93 | 19,8 |
| Итого | | | 463 | 1,8 | 1 | 39,2 | 179 | 23,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА | 60 | 0,9 | 5 | 5,3 | 70 | 6,5 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ | 200/20 | 7,2 | 8,4 | 18 | 176 | 6 |
| 2008 | 250 | СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ) | 135 | 26,7 | 11,8 | 4,7 | 231 | 0,53 |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 165 | 4,1 | 6,9 | 36,1 | 223 | 0 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 60 | 1,1 | 6,1 | 4,5 | 76 | 1,2 |
| 2008 | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТ.С | 200/15 | 0,2 | 0,2 | 19,6 | 82 | 2,1 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 70/18 | 4,6 | 0,6 | 29,7 | 143 | 0 |
| Итого | | | 943 | 44,8 | 39 | 117,9 | 1001 | 16,33 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 467 | ПИРОГИ С ПОВИДЛОМ | 230 | 16,9 | 15,7 | 168,8 | 884 | 0,8 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/12 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0,02 |
| 2008 | | МАНДАРИН | 274 | 2,2 | 0,5 | 20,6 | 104 | 104,3 |
| Итого | | | 701 | 19,2 | 16,2 | 199,3 | 1028 | 105,12 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 55 | 0,4 | 0,1 | 0,9 | 7 | 2,8 |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 280 | 21,5 | 25,8 | 34,5 | 459 | 13 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 60 | 1,1 | 6,1 | 4,5 | 76 | 1,2 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 200/12 | 0,5 | 0,1 | 14,5 | 64 | 14,4 |
| 2008 | | БАТОН | 56 | | | | | 0 |
| Итого | | | 663 | 23,5 | 32,1 | 54,4 | 606 | 31,4 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 180 | 5,8 | 5,4 | 7,2 | 103 | 0 |
| Итого | | | 180 | 5,8 | 5,4 | 7,2 | 103 | 0 |
| Всего | | | | 134,9 | 135,3 | 486,9 | 3732 | 179,65 |

Мед.сестра



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

Повар



Платонова Е. С. Киселева В.М.