

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 января 2024 г.

1-3 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА И ЯБЛОК СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	150	5,6	17,2	48	388	1,2
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	2,3	13,1	82	0,4
2008		БАТОН	20					0
Итого			330	7,8	27,8	61,2	545	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	100/125	1,3	0,4	33,2	142	2,8
Итого			225	1,3	0,4	33,2	142	2,8
Обед								
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,4	4,9	6,9	73	0,6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И МЯСОМ	180/20	4,6	6,9	9,5	122	8,2
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	75	10,8	6,6	1,4	109	0,6
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	55	0,6	5	3,7	62	0,2
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ, МЯСНОЕ ПЮРЕ, ОВОЩНОЕ ПЮРЕ	120/80/100	10,4	10,8	30,7	263	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150			10,6	43	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	25/10	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			865	28,5	34,4	73,4	723	10
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	235	2,3	10,4	14,4	162	11,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2		10	41	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
		МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ	300	9,2	23,2	53,7	471	0
2008		ЯБЛОКО	57	0,2	0,2	5,6	27	5,7
Итого			767	13,6	34	94,3	752	16,9
Ужин								
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	55	7,1	9,9	1,4	123	0,7
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	155/40	5	1,3	25,6	136	22,76
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	145	0,1	0,1	18,5	86	1,5
2008		БАТОН	20					0
Итого			415	12,2	11,3	45,5	345	24,96
II Ужин								
2008		ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142	0
		МОЛОЧНАЯ КАШКА НА НОЧЬ	200					0
Итого			240	1,1	1,3	30,9	142	0
Всего				64,5	109,2	338,5	2649	56,26

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

20 января 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА И ЯБЛОК СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	190	5,3	17,2	57,8	428	1,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,7	3,6	16,5	115	0,5
2008		БАТОН	34					0
Итого			434	9,1	29,1	74,4	618	2,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	196	1	0,2	19,8	86	4
Итого			196	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,5	3,9	4,7	57	0,8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И МЯСОМ	200/20	5,9	6,9	10,1	130	8,6
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	85	12	4,7	2,1	99	0,7
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	55	0,4	4	2,8	49	0,1
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	13	53	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	40/10	2,6	0,4	17	82	0
Итого			820	25,1	24,6	87,4	676	10,8
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	225	2,3	10,4	13,9	159	10,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12			11,6	47	0
2008		БАТОН ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,6	0,2	10,3	50	0
2008		ЯБЛОКО	58	0,2	0,2	5,7	27	5,8
Итого			525	4,1	10,8	41,5	283	16,3
Ужин								
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	70	8,6	10,6	0,7	132	0,3
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150/40	4,7	1,3	21,4	119	22,66
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	195	0,1	0,1	24,7	115	2
2008		БАТОН	34					0
Итого			489	13,4	12	46,8	366	24,96
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	160	4	4,1	17,6	123	0
2008		ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142	0
Итого			200	5,1	5,4	48,5	265	0
Всего				57,8	82,1	318,4	2294	58,16

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

20 января 2024 г.

7-11 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)	14	0,2	12,5	0,2	113	0
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА И ЯБЛОК СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	190	5,8	17,6	47,5	392	1,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,7	3,6	16	113	0,5
2008		БАТОН	69					0
Итого			473	9,7	33,7	63,7	618	2,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	196	1	0,2	19,8	86	4
Итого			196	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	70	0,7	4,3	4,9	61	1
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ СО СМЕТАНОЙ	250/20	6,9	8,9	13	162	10,5
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	110	15,6	5,4	2,6	121	0,9
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	50	0,3	2,8	2	35	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	4,8	6,1	50,3	275	0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	12,5	51	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ	83/20	5,5	0,7	35,1	169	0
Итого			1003	33,9	28,3	120,4	874	13
Полдник								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	230	2,4	10,4	14	160	10,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12			11,1	44	0
2008		БАТОН ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,6	0,2	10,3	50	0
2008		ЯБЛОКО	55	0,2	0,2	5,4	26	5,5
Итого			527	4,2	10,8	40,8	280	16,1
Ужин								
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	85	8,6	10,7	1,4	137	0,7
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	195/40	5,5	1,4	24,9	136	23,96
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	195	0,1	0,1	26,6	108	0,7
2008		БАТОН	69					0
Итого			584	14,2	12,2	52,9	381	25,36
II Ужин								
2008	435	СНЕЖОК	213	5,3	5,5	23,4	164	0
2008		ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142	0
Итого			253	6,4	6,8	54,3	306	0
Всего				69,4	92	351,9	2545	60,56

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

Повар  Платонова Е. С. Киселева В.М.

