

МЕНЮ

26 ноября 2025 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		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,62	9,10	20,03	185,42	0,70
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
2008		БАТОН	29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			429	10,92	22,00	30,31	363,32	0,72
II Завтрак								
2008		ФРУКТ	97	0,39	0,39	9,49	45,51	9,68
Итого			97	0,39	0,39	9,49	45,51	9,68
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	47	0,52	0,09	1,80	11,40	11,87
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180	4,01	7,63	13,96	145,10	6,75
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	55	4,46	7,37	4,04	100,11	0,25
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4,83	4,58	30,82	183,82	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	145	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35/14	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			611	16,89	20,13	80,31	576,32	21,87
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	160	4,22	8,00	17,81	159,79	0,13
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	40	1,28	4,44	18,94	134,20	0,04
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	135	3,80	4,19	6,16	78,57	0,70
Итого			335	9,30	16,63	42,91	372,56	0,87
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	45	8,71	10,65	0,04	141,48	6,60
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,69	8,24	16,77	157,87	31,21
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		БАТОН	29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			374	12,40	18,89	26,49	338,05	37,81
II Ужин								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	113	3,62	3,39	4,52	64,41	0,00
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			143	4,46	4,38	27,71	170,61	0,00
Всего				54,36	82,42	217,22	1 866,37	70,95

Мед. сестра

Сахарова Е.Ю. Крылова Е.Е.

Повар

Мальцева Е.В. Осипян А.Ф.

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 ноября 2025 г.

3-7 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	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200/5	5,18	12,95	22,13	226,88	0,73
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008		БАТОН	49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			504	10,57	25,85	32,62	405,99	0,77
II Завтрак								
2008		ФРУКТ	141	0,56	0,56	13,80	66,20	14,08
Итого			141	0,56	0,56	13,80	66,20	14,08
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	76	0,84	0,15	2,89	18,24	19,00
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	200	3,58	12,41	19,52	213,45	6,91
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	80	8,93	14,71	8,06	200,28	0,50
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	185	6,45	8,76	41,11	269,28	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	190	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	60/15	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			806	24,77	36,76	116,81	909,63	30,41
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	220	6,80	15,21	18,17	236,56	0,16
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	70	2,31	7,41	27,84	209,72	0,06
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			490	14,74	28,83	55,13	562,68	1,26
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	11,62	20,09	0,08	241,89	8,80
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	170	4,39	8,33	25,76	197,55	32,18
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		БАТОН	49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			479	16,01	28,42	35,52	478,14	40,98
II Ужин								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	170	5,44	5,10	6,80	96,90	0,00
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			200	6,28	6,09	29,99	203,10	0,00
Всего				72,93	126,51	283,87	2 625,74	87,50

Мед. сестра

Сахарова Е.Ю. Крылова Е.Е.

Повар

Мальцева Е.В. Осипян А.Ф.

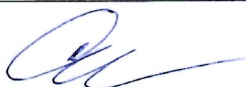
МЕНЮ

26 ноября 2025 г.

7-11 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)	14	0,15	12,45	0,15	112,50	0,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	12,68	51,14	0,02
2008		БАТОН	97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			351	5,36	17,05	13,13	226,64	0,02
II Завтрак								
2008		ФРУКТ	191	0,76	0,76	18,73	89,84	19,11
Итого			191	0,76	0,76	18,73	89,84	19,11
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	102	1,12	0,20	3,87	24,43	25,45
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ , КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	250	5,66	8,50	15,88	173,37	9,13
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	75	7,74	9,70	3,17	130,81	0,50
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	220	7,96	6,65	50,86	295,39	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	193	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ	117/29	7,72	1,03	49,46	237,95	0,00
Итого			986	31,20	26,28	143,04	947,95	39,08
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	3,62	7,97	22,83	177,26	0,17
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	60	2,28	10,66	17,83	209,24	0,09
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	270	7,60	8,38	12,31	157,14	1,40
Итого			530	13,50	27,01	52,97	543,64	1,66
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	15,20	16,75	0,07	229,72	11,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,52	7,15	19,01	160,93	41,60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	11,07	44,23	0,00
2008		БАТОН	97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			572	19,72	23,90	30,15	434,88	52,60
II Ужин								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	226	7,24	6,79	9,05	129,01	0,00
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			256	8,08	7,78	32,24	235,21	0,00
Всего				78,62	102,78	290,26	2 478,16	112,47

Мед.сестра



Сахарова Е.Ю. Крылова Е.Е.

Повар



Мальцева Е.В. Осипян А.Ф.

МЕНЮ

26 ноября 2025 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)	17	0,15	12,45	0,15	112,50	0,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,13	0,00	13,18	53,20	0,03
2008		БАТОН	97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			354	5,38	17,05	13,63	228,70	0,03
II Завтрак								
2008		ФРУКТ	191	0,76	0,76	18,69	89,64	19,07
Итого			191	0,76	0,76	18,69	89,64	19,07
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	101	1,11	0,20	3,85	24,32	25,33
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ , КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	300	6,35	8,45	18,16	182,00	10,63
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	75	10,75	11,47	3,49	160,02	0,50
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	215	7,86	6,26	50,20	288,80	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	193	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	117/29	7,72	1,03	49,46	237,95	0,00
Итого			1030	34,79	27,61	144,96	979,09	40,46
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	220	4,35	6,01	26,09	175,62	0,19
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	60	1,45	6,35	19,86	161,90	0,05
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	270	7,60	8,38	12,31	157,14	1,40
Итого			550	13,40	20,74	58,26	494,66	1,64
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	14,49	15,35	0,03	214,04	11,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,60	8,29	20,28	176,60	41,73
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	12,91	51,60	0,00
2008		БАТОН	97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			567	19,09	23,64	33,22	442,24	52,73
II Ужин								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	226	7,24	6,79	9,05	129,01	0,00
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			256	8,08	7,78	32,24	235,21	0,00
Всего				81,50	97,58	301,00	2 469,54	113,93

Мед. сестра



Сахарова Е.Ю. Крылова Е.Е.

Повар



Мальцева Е.В. Осипян А.Ф.