

Утверждаю

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

# МЕНЮ

3 января 2025 г.

1-3 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  |                                |                |
| <b>Завтрак</b>     |               |                                 |            |                   |               |               |                                |                |
| 2008               | 14            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                  | 29         | 7,43              | 7,58          | 0,00          | 99,56                          | 0,20           |
| 2008               | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                   | 40         | 5,10              | 4,60          | 0,30          | 63,00                          | 0,00           |
| 2008               | 184           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ           | 150        | 7,56              | 12,07         | 36,01         | 283,14                         | 0,22           |
| 2008               | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ         | 150/10     | 2,81              | 2,79          | 14,19         | 93,49                          | 0,26           |
| 2008               |               | БАТОН                           | 26         | 0,00              | 0,00          | 0,00          | 0,00                           | 0,00           |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>405</b> | <b>22,90</b>      | <b>27,04</b>  | <b>50,50</b>  | <b>539,19</b>                  | <b>0,68</b>    |
| <b>II Завтрак</b>  |               |                                 |            |                   |               |               |                                |                |
|                    |               | ФРУКТ                           | 88         | 0,34              | 0,34          | 8,36          | 40,12                          | 3,52           |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>88</b>  | <b>0,34</b>       | <b>0,34</b>   | <b>8,36</b>   | <b>40,12</b>                   | <b>3,52</b>    |
| <b>Обед</b>        |               |                                 |            |                   |               |               |                                |                |
| 2008               | 41            | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 65         | 0,80              | 3,47          | 6,35          | 60,12                          | 17,37          |
| 2008               | 107           | СУП С КРУПОЙ И КУРИЦЕЙ          | 180        | 6,69              | 13,13         | 7,24          | 174,04                         | 0,72           |
| 2008               | 309           | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                   | 160        | 29,87             | 38,69         | 37,19         | 618,19                         | 21,76          |
| 2008               | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ     | 150        | 0,00              | 0,00          | 9,68          | 38,70                          | 0,00           |
| 2008               |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 30/13      | 1,99              | 0,26          | 12,72         | 61,19                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>598</b> | <b>39,35</b>      | <b>55,55</b>  | <b>73,18</b>  | <b>952,24</b>                  | <b>39,85</b>   |
| <b>Полдник</b>     |               |                                 |            |                   |               |               |                                |                |
| 2008               | 471           | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"              | 180        | 24,01             | 25,17         | 177,84        | 1 033,55                       | 0,21           |
| 2008               | 436           | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ            | 150        | 0,44              | 0,10          | 13,61         | 59,56                          | 12,00          |
| 2008               |               | ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ ФРУКТОВОЕ       | 270        | 1,62              | 0,54          | 51,30         | 221,40                         | 4,32           |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>600</b> | <b>26,07</b>      | <b>25,81</b>  | <b>242,75</b> | <b>1 314,51</b>                | <b>16,53</b>   |
| <b>Ужин</b>        |               |                                 |            |                   |               |               |                                |                |
| 2008               | 228           | РЫБА ОТВАРНАЯ                   | 85         | 15,21             | 0,87          | 1,03          | 73,19                          | 0,62           |
| 2008               | 123           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ               | 165        | 4,07              | 9,56          | 27,14         | 211,35                         | 13,07          |
| 2008               |               | БАТОН                           | 26         | 0,00              | 0,00          | 0,00          | 0,00                           | 0,00           |
| 2008               | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                    | 110        | 0,50              | 0,10          | 9,90          | 43,00                          | 2,00           |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>386</b> | <b>19,78</b>      | <b>10,53</b>  | <b>38,07</b>  | <b>327,54</b>                  | <b>15,69</b>   |
| <b>II Ужин</b>     |               |                                 |            |                   |               |               |                                |                |
| 2008               | 435           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ           | 86         | 2,75              | 2,58          | 3,44          | 49,02                          | 0,00           |
| 2008               |               | ПРЯНИКИ БАРНИ                   | 36         | 0,00              | 0,00          | 0,00          | 0,00                           | 0,00           |
| <b>Итого</b>       |               |                                 | <b>122</b> | <b>2,75</b>       | <b>2,58</b>   | <b>3,44</b>   | <b>49,02</b>                   | <b>0,00</b>    |
| <b>Всего</b>       |               |                                 |            | <b>111,19</b>     | <b>121,85</b> | <b>416,30</b> | <b>3 222,62</b>                | <b>76,27</b>   |

Мед.сестра



Сахарова Е.Ю. Крылова Е.Е.

Повар



Киселева В.М. Мальцева Е.В.

Утверждаю

Директор  
ГУ ЯО Петровский детский дом  
*Царева Л.А.*

# МЕНЮ

3 января 2025 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)                  | 29         | 7,45              | 7,60          | 0,00          | 99,81                         | 0,20           |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                   | 40         | 5,10              | 4,60          | 0,30          | 63,00                         | 0,00           |
| 2008              | 184           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ           | 200        | 9,36              | 13,01         | 36,00         | 298,85                        | 0,26           |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ         | 200/13     | 3,33              | 3,41          | 18,18         | 117,21                        | 0,29           |
| 2008              |               | БАТОН                           | 43         | 0,00              | 0,00          | 0,00          | 0,00                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>525</b> | <b>25,24</b>      | <b>28,62</b>  | <b>54,48</b>  | <b>578,87</b>                 | <b>0,75</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
|                   |               | ФРУКТ                           | 132        | 0,51              | 0,51          | 12,55         | 60,18                         | 5,28           |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>132</b> | <b>0,51</b>       | <b>0,51</b>   | <b>12,55</b>  | <b>60,18</b>                  | <b>5,28</b>    |
| <b>Обед</b>       |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
| 2008              | 41            | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 65         | 0,76              | 3,28          | 5,99          | 56,70                         | 16,38          |
| 2008              | 107           | СУП С КРУПОЙ И КУРИЦЕЙ          | 200        | 9,22              | 9,69          | 11,35         | 169,74                        | 0,84           |
| 2008              | 309           | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                   | 225        | 39,49             | 46,60         | 31,20         | 704,43                        | 26,46          |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ     | 200        | 0,00              | 0,00          | 12,90         | 51,59                         | 0,00           |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 43/13      | 2,87              | 0,38          | 18,37         | 88,38                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>746</b> | <b>52,34</b>      | <b>59,95</b>  | <b>79,81</b>  | <b>1 070,84</b>               | <b>43,68</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
| 1996              | 701           | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ              | 150        | 8,59              | 8,75          | 104,55        | 530,99                        | 0,24           |
| 2008              | 436           | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ            | 200        | 0,52              | 0,12          | 17,61         | 76,62                         | 14,40          |
| 2008              |               | ФРУКТ                           | 132        | 0,53              | 0,53          | 12,94         | 62,06                         | 13,20          |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>482</b> | <b>9,64</b>       | <b>9,40</b>   | <b>135,10</b> | <b>669,67</b>                 | <b>27,84</b>   |
| <b>Ужин</b>       |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
| 2008              | 228           | РЫБА ОТВАРНАЯ                   | 100        | 19,62             | 1,11          | 0,33          | 90,32                         | 0,39           |
| 2008              | 123           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ               | 200        | 4,84              | 9,81          | 32,78         | 239,21                        | 15,85          |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                    | 215        | 1,00              | 0,20          | 19,80         | 86,00                         | 4,00           |
| 2008              |               | БАТОН                           | 43         | 0,00              | 0,00          | 0,00          | 0,00                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>558</b> | <b>25,46</b>      | <b>11,12</b>  | <b>52,91</b>  | <b>415,53</b>                 | <b>20,24</b>   |
| <b>II Ужин</b>    |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
| 2008              | 435           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ           | 129        | 4,12              | 3,86          | 5,15          | 73,34                         | 0,00           |
| 2008              |               | ПИРОЖЕНОЕ БАРНИ                 | 36         | 0,00              | 0,00          | 0,00          | 0,00                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>165</b> | <b>4,12</b>       | <b>3,86</b>   | <b>5,15</b>   | <b>73,34</b>                  | <b>0,00</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |                                 |            | <b>117,31</b>     | <b>113,46</b> | <b>340,00</b> | <b>2 868,43</b>               | <b>97,79</b>   |

Мед.сестра

*Сахарова Е.Ю. Крылова Е.Е.*

Повар

*Киселева В.М. Мальцева Е.В.*

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Петровский детский дом

/Царёва Л.А./

**МЕНЮ**

3 января 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  |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
| 2008              | 14            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                  | 29         | 7,45              | 7,60          | 0,00          | 99,81                         | 0,20           |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                   | 40         | 5,10              | 4,60          | 0,30          | 63,00                         | 0,00           |
| 2008              | 184           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ           | 200        | 9,16              | 12,95         | 35,08         | 293,86                        | 0,26           |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ         | 200/12     | 3,30              | 3,41          | 16,50         | 110,37                        | 0,28           |
| 2008              |               | БАТОН                           | 87         | 0,00              | 0,00          | 0,00          | 0,00                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>568</b> | <b>25,01</b>      | <b>28,56</b>  | <b>51,88</b>  | <b>567,04</b>                 | <b>0,74</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
| 2008              | 442           | ФРУКТ                           | 180        | 0,72              | 0,72          | 17,64         | 84,60                         | 18,00          |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>180</b> | <b>0,72</b>       | <b>0,72</b>   | <b>17,64</b>  | <b>84,60</b>                  | <b>18,00</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
| 2008              | 41            | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 110        | 1,28              | 5,56          | 10,16         | 96,23                         | 27,80          |
| 2008              | 107           | СУП С КРУПОЙ И КУРИЦЕЙ          | 250        | 11,17             | 12,30         | 16,70         | 222,24                        | 0,97           |
| 2008              | 309           | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                   | 255        | 44,72             | 50,84         | 36,61         | 784,98                        | 27,66          |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ     | 200        | 0,00              | 0,00          | 9,68          | 38,70                         | 0,00           |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ. БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 82/26      | 5,46              | 0,73          | 34,97         | 168,27                        | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>923</b> | <b>62,63</b>      | <b>69,43</b>  | <b>108,12</b> | <b>1 310,42</b>               | <b>56,43</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
| 1996              | 701           | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ              | 190        | 13,14             | 12,91         | 140,51        | 730,21                        | 0,29           |
| 2008              | 436           | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ            | 200        | 0,44              | 0,10          | 13,61         | 59,56                         | 12,00          |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>390</b> | <b>13,58</b>      | <b>13,01</b>  | <b>154,12</b> | <b>789,77</b>                 | <b>12,29</b>   |
| <b>Ужин</b>       |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
| 2008              | 228           | РЫБА ОТВАРНАЯ                   | 125        | 24,66             | 1,40          | 0,51          | 113,83                        | 0,53           |
| 2008              | 124           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ               | 215        | 4,96              | 6,60          | 28,11         | 192,10                        | 12,89          |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                    | 215        | 1,00              | 0,20          | 19,80         | 86,00                         | 4,00           |
| 2008              |               | БАТОН                           | 87         | 0,00              | 0,00          | 0,00          | 0,00                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>642</b> | <b>30,62</b>      | <b>8,20</b>   | <b>48,42</b>  | <b>391,93</b>                 | <b>17,42</b>   |
| <b>II Ужин</b>    |               |                                 |            |                   |               |               |                               |                |
| 2008              | 435           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ           | 171        | 5,48              | 5,14          | 6,85          | 97,66                         | 0,00           |
| 2008              |               | ПИРОЖЕНОЕ БАРНИ                 | 36         | 0,00              | 0,00          | 0,00          | 0,00                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |                                 | <b>207</b> | <b>5,48</b>       | <b>5,14</b>   | <b>6,85</b>   | <b>97,66</b>                  | <b>0,00</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |                                 |            | <b>138,04</b>     | <b>125,06</b> | <b>387,03</b> | <b>3 241,42</b>               | <b>104,88</b>  |

Мед.сестра

Сахарова Е.Ю. Крылова Е.Е.

Повар

Киселева В.М. Мальцева Е.В.

