ГУ ЯО Климатинский детский дом

Утверждаю

Директор
ГУ ЯО Климатинский детский дом
/Галченкова Е.Н/

МЕНЮ

26 октября 2026 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,81	3,57	0,00	44,07	0,04
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180/5	6,54	8,90	32,06	235,14	0,46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,11	0,00	14,26	57,44	0,02
2008		БАТОН		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	158	1,42	0,32	12,79	67,89	94,74
Итого			**545**	**10,88**	**12,79**	**59,11**	**404,54**	**95,26**
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	26	0,74	0,87	20,34	93,16	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	203	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			**229**	**1,74**	**1,07**	**40,14**	**179,16**	**4,00**
Обед								
2011	76	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5,58	11,38	1,97	132,97	2,40
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,03	8,24	6,44	104,60	4,41
2012	56	БОРЩ	250/25	11,60	9,84	25,39	242,76	27,70
2011	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	33,11	20,60	12,27	366,95	0,76
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	5,18	7,06	36,89	232,49	18,14
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,29	0,06	24,16	98,85	0,38
2008		БАТОН		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**945**	**56,79**	**57,18**	**107,12**	**1 178,62**	**53,79**
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	13,45	18,31	31,73	349,65	0,17
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,10	0,00	14,50	58,39	0,02
Итого			**310**	**13,55**	**18,31**	**46,23**	**408,04**	**0,19**
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	2,00	8,50	60,87	25,36
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	300	21,73	19,35	53,47	475,84	24,86
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,78	55,86	0,04
2008		БАТОН		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**590**	**23,52**	**21,35**	**75,75**	**592,57**	**50,26**
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	192	10,83	9,33	14,93	197,75	0,00
Итого			**192**	**10,83**	**9,33**	**14,93**	**197,75**	**0,00**
Всего				**117,31**	**120,03**	**343,28**	**2 960,68**	**203,50**

Медсестра _____ Себелева В.Е.

Повар _____ Зауморова О.Н