Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	14	0,15	12,45	0,15	112,50	0,00
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	160/3	6,82	10,03	26,61	224,77	0,56
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,10	0,00	13,58	54,71	0,02
2008		БАТОН	50	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00
Итого			**567**	**12,27**	**24,28**	**77,54**	**585,98**	**90,58**
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			**225**	**2,85**	**2,55**	**38,08**	**187,75**	**4,00**
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	130	1,04	0,13	2,21	16,90	6,50
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/25	16,45	13,06	35,53	333,58	40,56
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	265	41,05	15,40	33,52	437,75	3,84
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,15	0,00	20,31	81,76	0,03
2008		БАТОН	128	9,84	3,84	64,06	331,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**1058**	**68,53**	**32,43**	**155,63**	**1 201,14**	**50,93**
Полдник								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	190/50	14,45	19,82	43,11	415,01	0,01
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	253	7,13	7,87	11,55	147,44	1,32
2008		ЯБЛОКО	143	0,57	0,57	14,00	67,14	14,29
Итого			**636**	**22,15**	**28,26**	**68,66**	**629,59**	**15,62**
Ужин								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	140	2,65	8,85	14,78	149,74	8,02
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	85	15,30	7,03	3,81	139,80	0,64
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	250	9,31	7,73	56,68	333,68	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,30	0,00	19,33	78,52	0,06
2008		БАТОН	86	6,60	2,57	42,94	222,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	112	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**863**	**34,16**	**26,18**	**137,54**	**923,74**	**8,72**
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	275	15,45	13,33	21,32	282,46	0,00
Итого			**275**	**15,45**	**13,33**	**21,32**	**282,46**	**0,00**
Всего				**155,41**	**127,03**	**498,77**	**3 810,66**	**169,85**

Медсестра _____ Себелева В.Е.

Повар _____ Зауморова О.Н