



Утверждаю

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

МЕНЮ

12 апреля 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)	16	0,15	12,45	0,15	112,50	0,00
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	160/3	6,71	10,63	26,23	228,04	0,54
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,11	0,00	13,12	52,88	0,02
2008		БАТОН	40	3,08	1,20	20,04	103,60	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00
Итого			559	11,40	24,58	71,69	561,52	90,56
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 СОЛЕННЫЙ	94	0,75	0,09	1,60	12,22	4,70
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/25	11,76	9,62	25,38	241,48	28,94
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	31,72	12,01	23,97	331,34	2,84
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,11	0,00	13,12	52,88	0,02
2008		БАТОН	71	5,44	2,12	35,43	183,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			876	49,78	23,84	99,50	821,07	36,50
Полдник								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150/50	12,25	16,43	30,99	326,29	0,01
2011	385	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	175	4,93	5,44	7,99	102,04	0,91
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			475	17,58	22,27	48,78	475,33	10,92
Ужин								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	100	1,90	6,13	10,56	105,26	5,73
2011	234	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	95	23,36	14,54	15,57	287,26	0,52
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,69	5,75	40,74	241,64	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,32	54,01	0,04
2008		БАТОН	48	3,68	1,44	23,98	123,95	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			687	35,82	27,86	104,17	812,12	6,29
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	176	9,92	8,56	13,69	181,30	0,00
Итого			176	9,92	8,56	13,69	181,30	0,00
Всего				127,35	109,66	375,91	3 039,09	148,27

Диетсестра Себелева В.Е.

Повар Зауморова О.Н.