ГУ ЯО Климатинский детский дом

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	17	0,08	13,75	0,13	124,67	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180/4	5,50	8,25	30,98	220,90	0,48
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,32	54,01	0,04
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			**591**	**10,97**	**23,80**	**81,63**	**593,58**	**90,52**
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								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	140	1,86	3,48	7,56	70,13	6,28
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25	3,65	5,15	23,87	157,43	12,58
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	100	26,91	12,85	19,46	301,34	0,93
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,69	6,29	40,74	246,48	0,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,28	0,06	24,24	99,18	0,37
2008		БАТОН	59	4,57	1,78	29,70	153,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**980**	**43,96**	**29,61**	**145,57**	**1 028,11**	**20,16**
Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100	10,16	13,87	28,84	282,06	0,08
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	166	4,67	5,15	7,57	96,61	0,86
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			**366**	**15,23**	**19,42**	**46,21**	**425,67**	**10,94**
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,58	2,10	8,54	61,80	25,03
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	28,46	16,77	13,19	317,77	1,47
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	7,80	15,60	28,60	286,00	14,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,32	54,01	0,04
2008		БАТОН	59	4,57	1,78	29,70	153,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**773**	**42,60**	**36,25**	**93,35**	**873,13**	**40,54**
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				**125,53**	**120,19**	**418,53**	**3 289,54**	**166,16**

Диетсестра _____ Себелева В.Е.

Повар _____ Зауморова О.Н