



Утверждаю

Директор
Климатинский детский дом
/Галченкова Е.Н/

МЕНЮ
27 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)	13	0,15	12,45	0,15	112,50	0,00
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	160/3	6,87	10,12	26,15	224,03	0,58
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,10	0,00	13,33	53,73	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			566	12,32	24,37	76,83	584,26	90,60
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,88	2,39	18,56	103,32	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			225	2,88	2,59	38,36	189,32	4,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/25	11,73	8,77	25,40	233,77	28,95
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	31,70	11,28	23,93	324,62	2,80
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,10	0,00	15,41	62,02	0,02
2008		БАТОН	86	6,63	2,58	43,16	223,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			900	50,96	22,73	109,60	856,55	36,77
Полдник								
2012.	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150/50	11,71	16,11	30,90	321,03	0,01
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	186	5,23	5,76	8,47	108,09	0,96
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			486	17,34	22,27	49,17	476,12	10,97
Ужин								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	100	1,91	5,85	10,58	102,86	5,80
2011	234	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	23,74	13,74	17,61	289,71	0,54
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,70	4,96	40,80	234,70	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,54	54,94	0,04
2008		БАТОН	58	4,44	1,73	28,90	149,42	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			706	36,98	26,28	111,43	831,63	6,38
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	188	10,55	9,10	14,56	192,96	0,00
Итого			188	10,55	9,10	14,56	192,96	0,00
Всего				131,03	107,34	399,95	3 130,84	148,72

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Зауморова О.Н