



Утверждаю

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

МЕНЮ
 16 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
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	7,33	8,40	27,91	217,28	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,95	3,76	21,67	137,91	0,50
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			568	16,63	26,41	86,93	661,69	90,54
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			225	1,70	1,03	39,13	174,50	4,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	113	0,91	0,11	1,93	14,73	5,67
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/25	10,00	8,79	17,53	194,91	15,55
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	13,12	6,30	2,67	120,23	0,49
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,81	6,81	25,68	179,69	12,46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,96	56,59	0,04
2008		БАТОН	61	4,67	1,82	30,42	157,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			945	32,70	23,83	92,19	723,40	34,21
Полдник								
2012	241	ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ	130	12,13	13,62	17,25	241,33	0,56
2023	1	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "КИСЕЛЬ ДЕТСКИЙ ВИТОШКА"	180	0,00	0,00	5,73	94,42	1,98
2008		ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
Итого			460	12,73	14,22	37,68	406,25	17,54
Ужин								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	119	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	13,54	10,95	3,40	186,34	10,15
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,19	6,93	28,49	193,70	13,86
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,32	54,01	0,04
2008		БАТОН	61	4,67	1,82	30,42	157,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			744	22,59	19,70	75,63	591,30	24,05
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				96,27	93,75	345,25	2 738,44	170,34

Диетсестра Себелева В.Е.

Повар Зауморова О.Н.