

Утверждаю

Директор
 ЯО Климатинский детский дом
 /Галченкова Е.Н/



МЕНЮ
 19 апреля 2026 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	17	0,08	13,75	0,13	124,67	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,74	3,48	0,00	42,93	0,04
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,64	9,21	33,01	242,17	0,49
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	4,53	4,40	15,52	121,55	0,61
2008		БАТОН	47	3,59	1,40	23,38	120,87	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00
Итого			596	18,93	32,54	84,19	716,69	91,14
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	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,43	8,58	92,00	25,31
2011	119	СУП С БОБОВЫМИ	250/25	12,67	8,65	18,70	203,66	4,60
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	60	6,40	13,91	0,23	151,90	0,00
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	180	4,08	6,47	23,02	167,31	10,65
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,45	0,09	28,34	116,82	0,49
2008		БАТОН	56	4,35	1,69	28,27	146,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			897	29,55	36,24	107,14	877,84	41,05
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100	8,28	8,81	32,76	244,10	0,31
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			430	8,88	9,41	53,19	409,02	17,29
Ужин								
2008	61	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	59	10,06	11,69	0,98	149,81	0,49
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	105	1,83	10,23	9,75	140,06	8,36
2011	230	РЫБА ЖАРЕНАЯ	100	21,51	8,85	2,26	174,70	0,22
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	200	5,38	15,77	36,34	317,30	5,77
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,39	0,00	13,72	56,41	0,08
2008		БАТОН	75	5,78	2,25	37,58	194,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			803	44,95	48,79	100,63	1 032,53	14,92
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				115,08	138,09	396,92	3 405,13	168,40

Диетсестра _____

Себелева В.Е.

Повар _____

Зауморова О.Н