



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

МЕНЮ

26 декабря 2025 г.

12-18 лет.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,74	3,48	0,00	42,93	0,04
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180/5	6,85	9,50	31,73	240,55	0,54
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,11	0,00	13,12	52,88	0,02
2008		БАТОН	45	3,47	1,35	22,55	116,55	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00
Итого			582	14,52	14,63	79,55	517,41	90,60
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								
2011	76	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5,56	11,17	1,97	131,05	2,41
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	120	1,19	8,16	6,82	106,48	5,42
2012	56	БОРЩ	250/25	11,57	10,06	25,61	245,56	27,67
2011	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	33,34	21,36	12,39	375,18	0,78
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185	5,37	7,80	37,17	240,99	18,18
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,29	0,06	24,26	99,30	0,38
2008		БАТОН	54	4,18	1,63	27,20	140,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			1077	61,50	60,24	135,42	1 339,16	54,84
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	13,32	18,34	28,85	337,47	0,17
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,11	0,00	14,41	58,04	0,02
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			410	13,83	18,74	53,06	442,51	10,19
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	2,10	8,57	62,01	25,31
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	300	7,10	13,31	53,63	363,51	24,88
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,32	54,01	0,04
2008		БАТОН	54	4,18	1,63	27,20	140,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			721	13,07	17,04	102,72	620,13	50,23
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	188	10,55	9,10	14,55	192,79	0,00
Итого			188	10,55	9,10	14,55	192,79	0,00
Всего				115,17	120,78	424,43	3 286,50	209,86

Диетсестра Себелева В.Е.

Повар Зауморова О.Н.