



Утверждаю

Директор

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

МЕНЮ

28 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)	13	2,89	3,68	0,00	45,33	0,04
2011	181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	200/5	6,05	7,96	30,30	216,96	0,57
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,81	4,61	25,45	164,46	0,63
2008		БАТОН	55	4,24	1,65	27,56	142,45	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	165	1,49	0,33	13,37	70,95	99,00
Итого			638	19,48	18,23	96,68	640,15	100,24
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	27	0,76	0,90	20,98	96,09	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			227	1,76	1,10	40,78	182,09	4,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	110	1,76	2,11	8,90	64,25	27,78
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	275/27	11,12	10,12	25,80	244,74	11,04
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	110	1,98	14,14	20,50	217,93	2,64
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,20	6,97	28,27	193,17	13,72
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,31	0,06	26,67	109,08	0,40
2008		БАТОН	63	4,84	1,89	31,49	162,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			1033	24,21	35,29	141,63	991,97	55,58
Полдник								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	110	12,37	19,61	1,83	234,19	0,17
2023	1	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "КИСЕЛЬ ДЕТСКИЙ ВИТОШКА"	195	0,00	0,00	5,82	95,79	2,01
2008		ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
Итого			415	12,81	20,05	18,43	381,68	13,18
Ужин								
2008	61	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	55	9,50	11,14	0,89	142,13	0,45
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	55	0,76	5,45	4,16	69,24	3,60
2011	230	РЫБА ЖАРЕНАЯ	110	23,96	18,93	4,14	282,78	0,24
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	6,29	5,69	25,37	182,13	54,12
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	198/11	0,43	0,00	16,38	67,22	0,09
2008		БАТОН	63	4,84	1,89	31,49	162,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			769	45,78	43,10	82,43	906,30	58,50
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				114,59	126,87	394,50	3 294,98	231,50

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Зауморова О.Н.