

Утверждаю

Директор
ГУ ЯО Климатинский детский дом
Галченкова Е.Н.**МЕНЮ**
31 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								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,16	13,28	0,16	120,00	0,00
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,05	9,35	30,57	239,39	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	190	4,24	3,99	24,54	152,82	0,52
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			623	18,18	28,60	96,20	725,61	99,56
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		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	117	0,94	0,12	1,99	15,25	5,87
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	275/27	10,83	9,17	18,80	207,16	15,57
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	110	23,47	14,67	1,15	265,12	18,04
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,14	6,37	28,18	187,16	13,71
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,22	0,00	14,67	59,49	0,04
2008		БАТОН	64	4,89	1,91	31,85	164,65	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			1052	44,49	32,24	96,64	898,83	53,23
Полдник								
2012	241	ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ	140	13,19	14,63	19,22	262,35	0,61
2023	1	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "КИСЕЛЬ ДЕТСКИЙ ВИТОШКА"	195	0,00	0,00	5,82	95,79	2,01
2008		ЯБЛОКО	165	0,66	0,66	16,17	77,55	16,50
Итого			500	13,85	15,29	41,21	435,69	19,12
Ужин								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	123	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	90	18,50	7,59	2,66	153,34	0,66
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	220	4,59	7,59	31,26	212,30	15,22
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,22	0,00	13,38	54,33	0,04
2008		БАТОН	64	4,89	1,91	31,85	164,65	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			785	28,20	17,09	79,15	584,62	15,92
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				117,03	103,42	368,53	3 019,63	191,83

Диетсестра Себелева В.Е.Повар Зауморова О.Н.