

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом

/Галченкова Е.Н./



МЕНЮ

17 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								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	14	0,07	11,42	0,11	103,57	0,00
2011	181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	200/5	5,84	10,22	29,97	235,07	0,53
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,07	3,72	28,44	164,44	0,62
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			639	15,71	27,34	99,45	716,48	100,15
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	27	1,97	2,51	19,49	108,53	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			227	2,97	2,71	39,29	194,53	4,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	110	1,92	2,35	10,23	70,89	19,83
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	275/38	13,68	6,87	16,60	183,19	1,20
2008	236	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	110	27,81	14,24	7,59	269,61	0,22
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	5,80	6,97	40,79	249,80	20,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,11	0,00	15,86	63,81	0,02
2008		БАТОН	63	4,88	1,90	31,73	164,03	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	62	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			1069	54,20	32,33	122,80	1 001,33	41,27
Полдник								
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	90	5,86	12,32	42,42	304,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,11	0,00	15,86	63,81	0,02
2008		ЯБЛОКО	165	0,66	0,66	16,17	77,55	16,50
Итого			466	6,63	12,98	74,45	445,36	16,52
Ужин								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	116	3,47	0,22	7,28	44,82	4,62
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	110	1,62	12,15	12,74	167,68	2,32
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	165	6,13	5,18	37,30	220,45	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,21	0,00	14,59	59,15	0,04
2008		БАТОН	63	4,88	1,90	31,73	164,03	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			748	16,31	19,45	103,64	656,13	6,98
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	214	12,44	10,73	17,16	227,37	0,00
Итого			214	12,44	10,73	17,16	227,37	0,00
Всего				108,26	105,54	456,79	3 241,20	168,92

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Зауморова О.Н.