



Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом

/Галченкова Е.Н./

МЕНЮ

20 декабря 2025 г.

12-18 лет

12-16 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					
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200/5	3,00	3,81	0,00	47,07	0,04
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,92	10,41	26,66	225,09	0,76
2008		БАТОН	50	3,75	3,37	27,92	157,73	0,56
2008		АПЕЛЬСИН	165	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
Итого			633	1,49	0,33	13,37	70,95	99,00
				18,01	19,42	93,00	630,34	100,36
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	27	0,75	0,88	20,61	94,40	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			227	1,75	1,08	40,41	180,40	4,00
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	141	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	275	14,58	7,96	16,69	197,03	1,38
2011	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	165	45,27	27,75	8,70	465,64	0,82
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	210	4,57	7,64	19,86	169,45	39,78
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,53	0,10	31,73	130,92	0,68
2008		БАТОН	40	3,08	1,20	20,04	103,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			1079	68,03	44,65	97,02	1 066,64	42,66
Полдник								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	43	5,61	5,06	0,33	69,34	0,00
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	110	8,63	8,70	16,71	180,58	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,21	0,00	16,08	65,11	0,04
2008		БАТОН	31	2,37	0,92	15,45	79,86	0,00
2008		ЯБЛОКО	165	0,66	0,66	16,17	77,55	16,50
Итого			560	17,48	15,34	64,74	472,44	16,54
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	110	1,75	5,49	8,95	94,94	27,85
2008	254	СОСИКИ ОТВАРНЫЕ	55	5,91	12,84	0,21	140,21	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	195	7,31	6,58	44,47	266,39	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,21	0,00	14,59	59,15	0,04
2008		БАТОН	61	4,68	1,82	30,48	157,56	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	95	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			727	19,86	26,73	98,70	718,25	27,89
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	214	12,07	10,41	16,65	220,55	0,00
Итого			214	12,07	10,41	16,65	220,55	0,00
Всего				137,20	117,63	410,52	3 288,62	191,45

Диетсестра Себелева В.Е.

Повар Зауморова О.Н.