

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом

/Галченкова Е.Н./

МЕНЮ

23 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)	18	0,09	14,60	0,14	132,34	0,00
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,34	11,59	0,19	126,59	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/13	3,37	4,18	20,46	132,87	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,11	0,00	13,63	54,88	0,02
2008		БАТОН	50	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00
Итого			651	14,11	32,17	71,62	640,68	90,02
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			225	2,85	2,55	38,08	187,75	4,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	134	1,07	0,13	2,28	17,40	6,69
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250/25	8,64	9,41	27,39	229,91	14,43
2008	278	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	100	3,88	20,37	13,70	253,98	1,26
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,14	5,78	17,71	142,04	37,24
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,28	0,06	23,12	94,68	0,37
2008		БАТОН	59	4,56	1,78	29,64	153,24	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			984	22,57	37,53	113,84	891,25	59,99
Полдник								
2011	401	ОЛАДЫ	90	9,57	6,29	45,77	278,18	0,24
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,11	0,00	13,63	54,88	0,02
2008		ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
Итого			430	10,28	6,89	74,10	403,56	15,26
Ужин								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	113	3,40	0,22	7,13	43,87	4,52
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	47,52	18,70	17,02	427,22	2,17
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,71	5,88	40,88	243,42	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,82	56,00	0,04
2008		БАТОН	59	4,56	1,78	29,64	153,24	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	89	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			776	62,38	26,58	108,49	923,75	6,73
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				124,26	116,13	422,78	3 267,54	176,00

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