

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом

/Галченкова Е.Н./

МЕНЮ

28 декабря 2025 г.

7-11 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)	14	3,25	4,13	0,00	51,00	0,04
2011	181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	165/4	5,62	7,66	27,01	199,43	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195	5,82	5,85	27,38	187,46	0,86
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			598	20,42	19,62	95,32	651,29	100,47
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			225	1,70	1,03	39,13	174,50	4,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	20	0,19	5,02	5,53	68,15	2,50
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	220/22	7,66	8,84	17,27	188,23	7,77
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	95	1,99	13,08	17,70	197,14	3,18
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	3,46	5,33	23,33	155,43	11,33
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,16	0,03	18,08	73,42	0,16
2008		БАТОН	55	4,24	1,65	27,56	142,45	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			825	17,70	33,95	109,47	824,82	24,94
Полдник								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	115	7,99	16,16	1,72	184,89	0,19
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			420	8,43	16,60	18,32	332,38	13,20
Ужин								
2008	61	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	45	7,72	12,34	0,67	144,72	0,34
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	65	0,74	5,11	4,62	67,72	3,09
2011	230	РЫБА ЖАРЕНАЯ	100	21,52	18,81	3,48	269,20	0,22
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	170	4,31	4,88	11,11	105,48	30,62
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,39	0,00	15,33	62,86	0,08
2008		БАТОН	55	4,24	1,65	27,56	142,45	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			694	38,92	42,79	62,77	792,43	34,35
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				97,72	123,09	339,56	2 968,21	176,96

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Зауморова О.Н.