



Утверждаю

Директор
ГУ ЯО Климатинский детский дом
Галченкова Е.Н/

МЕНЮ

21 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									
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15						
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	0,08	12,38	0,12	112,20	0,00	
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	165/4	3,25	4,13	0,00	51,00	0,04	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	6,49	12,05	25,94	238,89	0,52	
2008		БАТОН	55	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	
2008		АПЕЛЬСИН	165	4,24	1,65	27,56	142,45	0,00	
Итого			629	1,49	0,33	13,37	70,95	99,00	
				629	15,74	30,54	81,92	675,95	99,60
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									
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	58	1,66	0,11	3,48	21,43	2,21	
2011	94	РАССОЛЬНИК	220/22	12,45	10,17	22,88	240,44	13,14	
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	21,85	14,41	4,36	260,99	16,74	
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	145	5,46	4,79	33,21	197,79	0,00	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,16	0,03	18,08	73,42	0,16	
2008		БАТОН	35	2,70	1,05	17,54	90,65	0,00	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого			836	44,28	30,56	99,55	884,72	32,25	
Полдник									
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	175/55	14,46	23,27	39,29	428,18	0,01	
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78	
2008		ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00	
Итого			490	19,12	28,37	56,91	567,18	11,79	
Ужин									
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	90	1,37	5,09	7,74	84,24	21,75	
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	110	22,70	7,60	4,04	175,20	0,25	
2008	145	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЫ	160	6,55	17,77	28,69	301,51	4,37	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	
2008		БАТОН	35	2,70	1,05	17,54	90,65	0,00	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого			662	33,51	31,51	72,94	712,06	26,41	
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				127,57	133,94	366,05	3 248,21	174,05	

Диетсестра Себелева В.Е.

Повар Зауморова О.Н.