

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом

/Галченкова Е.Н./

МЕНЮ

23 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	0,08	12,38	0,12	112,20	0,00
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	49	5,60	12,20	0,20	133,00	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	3,83	4,55	23,26	149,33	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
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			609	14,90	30,93	75,71	648,99	90,04
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	80	0,64	0,08	1,36	10,40	4,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200/20	7,85	8,97	21,06	197,20	11,26
2008	278	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	90	5,09	16,23	11,96	214,69	1,51
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	4,79	4,30	20,72	143,45	38,38
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,16	0,03	18,08	73,43	0,16
2008		БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			806	20,84	30,51	88,21	716,87	55,31
Полдник								
2011	401	ОЛАДЫ	100	12,06	13,55	46,54	357,08	0,26
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			390	12,46	13,95	70,86	462,13	10,26
Ужин								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	68	2,06	0,14	4,31	26,48	2,73
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	95	23,80	8,56	8,14	204,94	0,95
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	5,46	4,79	33,21	197,79	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			584	33,82	14,39	75,62	567,37	3,72
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				96,94	102,74	365,13	2 803,66	163,33

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Зауморова О.Н