



Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом

/Галченкова Е.Н./

МЕНЮ

22 ноября 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								
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3,00	3,81	0,00	47,07	0,04
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	4,51	7,96	28,79	205,45	0,46
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	190	4,38	4,05	24,50	153,68	0,51
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			628	17,62	17,80	94,22	619,60	100,01
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	61	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	65	11,34	13,98	1,09	175,97	0,54
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	135	1,24	8,64	7,10	112,17	5,81
2008	83	ЩИ	275/27	13,67	10,77	34,90	298,98	33,44
2011	260	ГУЛЯШ	110	11,99	10,71	3,03	156,75	1,14
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	5,04	5,22	21,33	155,66	42,15
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,32	0,06	27,04	110,52	0,34
2008		БАТОН	67	5,13	2,00	33,40	172,67	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			1135	48,73	51,38	127,89	1 182,72	83,42
Полдник								
1996	701	СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	110	12,87	16,20	32,96	329,33	0,00
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			415	13,31	16,64	49,56	476,82	13,01
Ужин								
2012	12	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	100	2,41	0,16	5,04	31,04	3,20
2008	305	ГОЛУБЦЫ	200	6,80	12,75	23,85	240,77	36,32
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	220	8,58	17,16	31,46	314,60	15,40
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,44	0,00	14,32	58,95	0,09
2008		БАТОН	90	6,93	2,70	45,09	233,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	89	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			910	25,16	32,77	119,76	878,46	55,01
Ужин 2								
2011	385	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				118,64	130,08	448,49	3 558,55	255,45

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Винокурова О.А.