

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом

/Галченкова Е.Н./

МЕНЮ

26 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)	12	2,66	3,39	0,00	41,72	0,03
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180/5	6,10	8,27	30,25	220,41	0,41
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			587	14,07	13,46	81,08	511,01	90,46
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								
2011	76	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5,52	11,30	1,96	131,90	2,39
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	125	1,22	7,85	6,92	104,42	5,65
2012	56	БОРЩ	250/25	11,51	9,54	25,21	238,99	27,61
2011	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	33,00	18,70	11,99	348,32	0,78
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	5,12	7,20	36,80	233,11	18,14
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,28	0,06	23,87	97,66	0,37
2008		БАТОН	62	4,81	1,88	31,31	161,88	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			1088	61,46	56,53	138,06	1 316,28	54,94
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	12,79	17,13	30,34	330,46	0,16
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,11	0,00	14,37	57,85	0,02
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			395	13,30	17,53	54,51	435,31	10,18
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	2,41	8,60	64,89	25,31
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	300	7,02	11,96	53,33	349,85	24,85
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,82	56,00	0,04
2008		БАТОН	62	4,81	1,88	31,31	161,88	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	89	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			741	13,62	16,25	107,06	632,62	50,20
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				116,22	115,21	436,49	3 290,27	209,78

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Винокурова О.А.