

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом
/Галченкова Е.Н./**МЕНЮ**
22 ноября 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
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	165/4	6,79	8,89	39,84	267,55	0,76
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,25	5,23	26,47	175,82	0,76
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			583	21,02	20,23	107,24	707,77	100,56
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	61	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	45	7,72	12,34	0,67	144,72	0,34
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	95	3,10	5,45	14,11	122,30	16,14
2008	83	ЩИ	220/22	13,42	9,95	24,97	249,44	31,77
2011	260	ГУЛЯШ	105	15,54	11,92	4,99	189,61	1,24
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	165	5,19	4,33	21,97	150,58	42,14
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			943	47,83	45,07	102,33	1 020,72	91,79
Полдник								
1996	701	СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	120	11,35	22,17	3,88	260,36	0,00
2023	1	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "КИСЕЛЬ ДЕТСКИЙ ВИТОШКА"	180	0,00	0,00	5,82	95,79	2,01
2008		ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
Итого			410	11,79	22,61	20,48	407,85	13,01
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	1,69	0,11	3,53	21,73	2,24
2008	305	ГОЛУБЦЫ	105	4,84	11,33	16,99	190,03	11,54
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	165	6,50	13,00	23,84	238,36	11,67
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/11	0,39	0,00	15,33	62,86	0,08
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			632	16,12	25,49	77,23	603,63	25,53
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				110,53	124,84	363,06	3 135,02	234,89

Диетсестра Сет Себелева В.Е.Повар Вин Винокурова О.А.