



Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом
/Галченкова Е.Н./**МЕНЮ**

24 февраля 2026 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	2,77	3,53	0,00	43,58	0,04
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	4,38	5,95	26,62	178,31	0,48
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,60	3,10	25,94	146,82	0,52
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			577	15,95	14,38	89,76	562,71	91,04
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								
2012	10	ГОРОХ ОВОЩНОЙ КОНСЕРВЫ	100	2,90	5,18	6,08	82,45	5,59
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/25	11,15	7,32	23,46	205,35	24,41
2011	271	КОТЛЕТЫ ,БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80/10	2,63	10,41	12,53	154,54	0,10
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,70	6,09	40,81	245,07	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	14,24	57,70	0,04
2008		БАТОН	60	4,62	1,80	30,06	155,40	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			945	28,19	30,80	127,18	900,51	30,14
Полдник								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	6,80	11,37	44,19	306,24	0,00
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			360	12,26	17,36	62,20	458,00	10,94
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,59	2,24	8,25	61,98	25,26
2008	236	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	100	21,22	7,56	4,90	172,43	0,20
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	200	5,33	15,61	35,99	314,15	5,71
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	13,54	54,94	0,04
2008		БАТОН	60	4,62	1,80	30,06	155,40	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			730	32,95	27,21	92,74	758,90	31,21
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	200	11,25	9,70	15,52	205,64	0,00
Итого			200	11,25	9,70	15,52	205,64	0,00
Всего				102,30	100,48	426,53	3 060,26	167,33

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Зауморова О.Н.