

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом

/Галченкова Е.Н./

МЕНЮ

20 января 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)	13	2,99	3,80	0,00	46,93	0,04
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	185/5	6,28	8,98	27,24	215,96	0,82
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,00	3,66	27,58	160,12	0,61
2008		БАТОН	53	4,11	1,60	26,72	138,13	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	162	1,46	0,33	13,16	69,88	97,50
Итого			598	18,84	18,37	94,70	631,02	98,97
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	28	0,77	0,91	21,26	97,35	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	217	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			245	1,77	1,11	41,06	183,35	4,00
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	74	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	14,19	7,88	16,18	192,79	1,37
2011	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	44,35	20,83	8,67	399,53	0,82
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	215	4,64	4,57	20,08	142,99	40,74
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,51	0,10	30,40	125,51	0,65
2008		БАТОН	42	3,27	1,28	21,29	110,08	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			955	66,96	34,66	96,62	970,90	43,58
Полдник								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	43	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	100	7,56	7,52	15,81	162,01	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,21	0,00	15,33	62,14	0,04
2008		БАТОН	32	2,44	0,95	15,87	82,02	0,00
2008		ЯБЛОКО	162	0,65	0,65	15,93	76,38	16,25
Итого			527	15,96	13,72	63,24	445,55	16,29
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	110	1,73	5,49	8,89	94,45	27,21
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	54	5,74	12,48	0,21	136,32	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	185	7,12	4,72	43,42	244,68	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,21	0,00	14,59	59,15	0,04
2008		БАТОН	63	4,88	1,90	31,73	164,03	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	68	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			670	19,68	24,59	98,84	698,63	27,25
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	232	13,07	11,26	18,01	238,72	0,00
Итого			232	13,07	11,26	18,01	238,72	0,00
Всего				136,28	103,71	412,47	3 168,17	190,09

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Винокурова О.А.