ГУ ЯО Климатинский детский дом

Утверждаю

Директор
ГУ ЯО Климатинский детский дом
_____ /Галченкова Е.Н/

МЕНЮ

23 января 2026 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,08	12,38	0,12	112,20	0,00
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	49	5,60	12,20	0,20	133,00	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	3,83	4,55	23,26	149,33	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
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			**609**	**14,90**	**30,93**	**75,71**	**648,99**	**90,04**
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			**225**	**2,85**	**2,55**	**38,08**	**187,75**	**4,00**
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	80	0,64	0,08	1,36	10,40	4,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200/20	7,88	8,97	21,30	198,34	11,39
2008	278	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ	100	5,37	16,54	12,42	220,51	1,56
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	4,78	4,30	20,67	143,20	38,36
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,16	0,03	18,08	73,43	0,16
2008		БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**816**	**21,14**	**30,82**	**88,86**	**723,58**	**55,47**
Полдник								
2011	401	ОЛАДЬИ	100	12,76	14,33	47,68	371,63	0,39
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			**390**	**13,16**	**14,73**	**72,00**	**476,68**	**10,39**
Ужин								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	68	2,06	0,14	4,31	26,48	2,73
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	24,08	8,87	8,59	210,76	1,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	5,46	4,79	33,21	197,79	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**594**	**34,10**	**14,70**	**76,07**	**573,19**	**3,77**
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				**98,22**	**104,14**	**367,37**	**2 830,74**	**163,67**

Диетсестра _____ Себелева В.Е.

Повар _____ Винокурова О.А