

Утверждаю

Директор

ГУ ЯО Климатинский детский дом
/Галченкова Е.Н/**МЕНЮ**
16 января 2026 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								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,15	12,45	0,15	112,50	0,00
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160	6,56	11,37	26,62	235,65	0,03
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195	5,16	4,56	24,91	163,64	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			575	17,07	30,18	88,88	705,79	90,55
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	190	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			220	1,84	1,19	42,99	192,20	4,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200/20	8,07	11,96	25,78	249,03	18,66
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	95	22,01	14,15	4,87	261,64	17,64
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,13	9,12	21,54	181,30	10,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	19,77	79,82	0,04
2008		БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			761	36,03	36,17	87,67	854,69	48,84
Полдник								
2012	241	ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ	190	12,74	19,31	26,45	331,92	0,80
2023	1	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "КИСЕЛЬ ДЕТСКИЙ ВИТОШКА"	185	0,00	0,00	6,98	114,95	2,41
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			475	13,14	19,71	43,23	493,87	13,21
Ужин								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	95	20,20	15,96	8,04	256,64	0,60
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,13	9,12	21,54	181,30	10,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008		БАТОН	50	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			562	27,37	26,58	64,72	608,55	11,14
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	214	12,04	10,38	16,61	220,03	0,00
Итого			214	12,04	10,38	16,61	220,03	0,00
Всего				107,49	124,21	344,10	3 075,13	167,74

Диетсестра _____ Себелева В.Е.

Повар _____ Винокурова О.А