

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

10 ноября

Санаторная смена – 19 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с джемом или повидлом	30/20/10	152,6	30/20/10	152,6
	Суп молочный с макаронными изделиями	200/5 200	261,3 118,0	250/5 200	297,9 118,0
	Кофейный напиток с молоком	30	156,6	30	156,6
	Хлеб ржано – пшеничный	30	78,0	50	105,0
	Батон «Подмосковный»				
2 Завтрак	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200	114,0	200	114,0
Обед	Помидор свежий порционно	60	23,0	100	38,3
	Суп пюре из разных овощей с гренками	200/15 30	104,2 112,0	250/20 30	145,8 112,0
	Гуляш из говядины	90/45	254,0	100/50	300,0
	Перловка отварная	150	152,9	180	163,2
	Кисель из ягод, замороженных (облепиха)	200	104,0	200	104,0
	Хлеб 1 сорт	20	68,1	30	113,5
	Хлеб «Отрубной»	30	70,5	50	120,6
	Лук репчатый	3	1,2	3	1,2
Полдник	Булочка творожная	90	265,0	90	265,0
	Сок фруктовый (грушевый)	200	112,0	200	112,0
	Фрукт (банан)	200	182,0	200	182,0
Ужин	Винегрет с сельдью	50/25	66,0	75/25	76,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Жаркое с мясом птицы	250	382,0	300	424,3
	Чай черный с добавками (черника)	200	48,6	200	48,6
	Хлеб «Бородинский»	20	24,3	40	96,3
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	150,5
2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье сахарное промышленного производства	35	71,3	35	71,3

ИО Начальник медицинской службы
Исп. об. зав. производством

Е. Налекина

М.А. Обсокова
Е.А.Налейкина