

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСО ЖКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

## МЕНЮ

18 октября

Санаторная смена 19 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
<b>Завтрак</b>	Бутерброд с джемом или повидлом	30/20/10	152,6	30/20/10	152,6
	Суп молочный с макаронными изделиями	200/5 200	143,8 118,0	250/5 200	179,7 118,0
	Кофейный напиток с молоком	30	156,6	30	156,6
	Хлеб ржано – пшеничный	30	78,0	50	105,0
	Батон Подмосковский				
<b>2 Завтрак</b>	Сок фруктовый яблочный(индивидуальная упаковка)	200	114,0	200	114,0
<b>Обед</b>	Помидор свежий порционно	60	23,0	100	38,3
	Суп пюре из разных овощей с гренками	200\15	104,2	250/20	145,8
	Гуляш из говядины	90/45		100/50	
	Перловка отварная	150	209,1	180	250,9
	Кисель из ягод замороженных(облепиха)	200	88,2	200	88,2
	Хлеб 1 сорт	20	68,1	30	113,5
	Хлеб «Отрубной»	30	70,5	50	120,6
	Лук репчатый	3		3	
<b>Полдник</b>	Булочка творожная	90	265,0	90	265,0
	Сок фруктовый (грушевый)	200	112,0	200	112,0
	Фрукт (банан)	200	76,0	200	76,0
<b>Ужин</b>	Винегрет с сельдью	50/25	76,8	75/25	110,8
	Зелень свежая (в ассортименте)	2		2	
	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
<b>2 ужин</b>	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье сахарное промышленного производства	35	71,3	35	71,3

ИО Начальник медицинской службы  
И О Заведующая столовой

*Обсокова*  
*Е. Налейкина*

М.А. Обсокова  
Е.А. Налейкина