

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

21 июня

(20 день санаторного заезда)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с джемом (индивидуальная упаковка)	30/20/10	190	30/20/10	190
	Омлет натуральный	150	255,09	200	340,1
	Кофейный напиток с молоком	200	98,7	200	98,7
	Хлеб «Прибалтийский»	30	78,3	30	130,5
	Батон «Подмосковный»	30	72,0	50	120,0
2 завтрак	Сок фруктовый (яблочно-абрикосовый) индивидуальная упаковка	200	92,0	200	92,0
Обед	Рассольник ленинградский с мясом говядины и зеленью	200/15/1	120,0	250/20/1	150,0
	Котлета рубленая из мяса птицы с сыром	100	293,0	120	351,6
	Бобовые отварные с маслом	150	265	180	318,0
	Компот из ягод сушеных (курага)	200	67,0	200	67,0
	Хлеб 1 сорт	50	120,0	60	141,0
	Хлеб «Минский»	30	74,5	50	124,1
Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/25	370,5	✓150/25	466,5
	Напиток из шиповника	200	46,9	200	46,9
	Фрукт (нектарин)-2,3 смена	200	94,0	200	94,0
	Фрукт (груша) -1,4 смена	200	86,0	200	86,0
Ужин	Салат из свежих огурцов с маслом	60	62,1	✓60	103,6
	✓ Пельмени мясные отварные с маслом	220/5	421,0	250/5	452,0
	Чай «Каркаде»	200	151,4	200	182,0
	Хлеб «Отрубной»	50	40,0	50	40,0
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	141,0
2 ужин	Кисломолочный продукт	200	97,7	60	97,7
	Кефир	200	112,5	200	112,5
	Вафли промышленного производства	35	158,0	35	158,0

Начальник медицинской службы
Заведующая столовой

Л.Ф. Смольникова
О.Ю. Савельева