

УТВЕРЖДАЮ:
Начальник
ДСОЛКД «Тимуровец»
Е.Н.Дубровский

МЕНЮ
26 июля
(10 день оздоровительного заезда)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к «Сервелат»	30/15	147	30/20	166
	Каша овсяная жидкая из «Геркулеса» с маслом	200/5	207,4	250/5	258,0
	Чай черный с молоком	200	87,3	200	87,3
	Хлеб «Прибалтийский»	30	78,3	30	130,5
	Батон «Подмосковный»	30	72,0	50	70,5
2 завтрак	Сок фруктовый (абрикосовый) индивидуальная упаковка	200	110,0	200	110,0
Обед	Уха ростовская с зеленью	200/1	93,0	250/1	116,0
	Гуляш из говядины	90/45	421,0	100/50	452,0
	Каша перловая рассыпчатая	150	88,2	180	105,8
	Компот из ягод замороженных(вишня)	200	46	200	46,0
	Хлеб 1 сорт	50	120,0	60	141,0
	Хлеб «Отрубной»	30	68,1	50	150,5
Полдник	Пицца Пионерская	100	489,4	100	489,4
	Напиток из шиповника	200	46,9	200	46,9
	Фрукт (груша)-1,4 смена	200	88,0	200	88,0
	Фрукт (нектарин) 2.3смена	200	76,0	200	76,0
Ужин	Помидор свежий порционно	60	18,0	100	23,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,7	2	0,7
	Котлета «Особая»	90	326,3	100	362,6
	Овощи в молочном соусе	200	169,8	230	195,3
	Чай Каркаде	200	40,0	200	40,0
	Хлеб «Минский»	50	94,0	50	141,0
	Хлеб 1 сорт	40	124,1	60	124,1
2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье сахарное «Топленое молоко» промышленного производства	35	158,0	35	158,0

Начальник медицинской службы
Заведующая столовой



Л.Ф. Смольникова
О.Ю.Савельева