

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

## МЕНЮ

04 октября 2025 года

(Заезд выходного дня)

7-10 лет

| № рецептуры                                                            | Прием пищи | Наименование блюд                                     | Выход блюда | Б    | Ж    | У    | Калорийность |
|------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------------------------|-------------|------|------|------|--------------|
| VI-26<br>X-7<br>XI-3                                                   | 2 Завтрак  | Сок фруктовый яблоко-персик (индивидуальная упаковка) | 200         | 0,6  | -    | 33,6 | 130,0        |
|                                                                        |            | Бантик из слоеного теста с сахарной пудрой            | 50          | 3,1  | 11,0 | 1,5  | 121,0        |
|                                                                        |            | Фрукт (нектарин)                                      | 150         | 3    | 0    | 44,8 | 182,0        |
| II-2<br>II-6<br>III-31<br>IV-4<br>VI-4<br>X-5<br>X-5<br>XII-1<br>XII-1 | Обед       | Мясо птицы отварная на суп                            | 15          | 2,7  | 2,8  | 0,1  | 36,2         |
|                                                                        |            | Суп из овощей                                         | 200         | 1,5  | 4,7  | 10,1 | 95,2         |
|                                                                        |            | Шашлычок из филе птицы                                | 100/42/25   | 20,9 | 13,4 | 4,2  | 221,3        |
|                                                                        |            | Картофельное пюре                                     | 150         | 3,2  | 6,06 | 23,3 | 160,5        |
|                                                                        |            | Компот из плодов сушеных (курага)                     | 200         | 1,0  | 0,0  | 26,0 | 104,0        |
|                                                                        |            | Хлеб 1 сорт                                           | 50          | 4,0  | 0,5  | 24,2 | 117,5        |
|                                                                        |            | Хлеб Прибалтийский                                    | 30          | 1,4  | 0,2  | 10,0 | 48,0         |
|                                                                        |            | Зелень свежая                                         | 2           | 0,1  | 0,0  | 0,6  | 3,0          |
|                                                                        |            | Чеснок свежий                                         | 2           | 0,0  | -    | 0,2  | 0,8          |
| I-5<br>II-33<br>IV-10<br>VI-13<br>X-5<br>X-5                           | Ужин       | Огурец свежий порционно                               | 60          | 0,5  | 0,0  | 1,5  | 8,4          |
|                                                                        |            | Мясо с овощным соусом                                 | 90/45       | 30,0 | 17,9 | 6,7  | 313,0        |
|                                                                        |            | Макаронные изделия отварные «спагетти»                | 200         | 7,0  | 7,0  | 47,0 | 290,0        |
|                                                                        |            | Чай черный с натуральными добавками (чабрец)          | 200         | 0,2  | 0,0  | 10,0 | 40,0         |
|                                                                        |            | Хлеб Бородинский                                      | 30          | 1,8  | 0,3  | 13,2 | 63,0         |
|                                                                        |            | Хлеб 1 сорт                                           | 40          | 3,2  | 0,4  | 19,3 | 94,0         |
| VI-1<br>X-3                                                            | 2 ужин     | Кисломолочный продукт                                 | 200         | 5,8  | 5,0  | 9,0  | 110,0        |
|                                                                        |            | Варенец                                               | 35          |      |      |      |              |
|                                                                        |            | Вафли промышленного производства                      |             |      |      |      |              |

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

# МЕНЮ

04 октября 2025 года

11-17 лет

| № рецептуры | Прием пищи   | Наименование блюд                                     | Выход блюда | Б    | Ж    | У     | Калорийность |
|-------------|--------------|-------------------------------------------------------|-------------|------|------|-------|--------------|
| VI-26       | 2<br>Завтрак | Сок фруктовый яблоко-персик (индивидуальная упаковка) | 200         | 0,6  | -    | 33,6  | 130,0        |
| X-7         |              | Бантик из слоеного теста с сахарной пудрой            | 50          | 3,1  | 11,0 | 31,1  | 235,3        |
| XII-3       |              | Фрукт (нектарин)                                      | 150         | 3    | 0    | 44,8  | 182,0        |
| II-2        | Обед         | Мясо птицы отварная на суп                            | 15          | 3,6  | 3,7  | 0,1   | 48,2         |
| II-6        |              | Суп из овощей                                         | 250         | 1,9  | 5,9  | 12,6  | 115,0        |
| III-20      |              | Рыба тушеная в сметанном соусе                        | 120/50/30   | 25,0 | 16,0 | 5,0   | 265,0        |
| IV-4        |              | Картофельное пюре                                     | 200         | 4,26 | 8,08 | 31,06 | 214,0        |
| VI-4        |              | Компот из плодов сушеных (курага)                     | 200         | 1,0  | 0,0  | 26,0  | 104,0        |
| X-5         |              | Хлеб 1 сорт                                           | 60          | 3,5  | 0,5  | 25,0  | 120,0        |
| X-5         |              | Хлеб Прибалтийский                                    | 50          | 4,7  | 0,6  | 29,0  | 105,0        |
| XII-1       |              | Зелень свежая                                         | 2           | 0,0  | -    | 0,2   | 0,8          |
| XII-1       |              | Чеснок свежий                                         | 2           | 2,0  | 0,4  | 11,9  | 60,3         |
| I-5         | Ужин         | Огурец свежий порционно                               | 100         | 0,8  | 0,0  | 2,5   | 14,0         |
| II-33       |              | Мясо с овощным соусом                                 | 100/50      | 34,0 | 19,9 | 7,4   | 347,8        |
| IV-10       |              | Макаронные изделия отварные «спагетти»                | 230         | 8,0  | 8,0  | 54,1  | 344,1        |
| VI-13       |              | Чай черный с натуральными добавками (чабрец)          | 200         | 0,2  | 0,0  | 10,0  | 40,0         |
| X-5         |              | Хлеб Бородинский                                      | 60          | 2,4  | 0,4  | 17,6  | 84,0         |
| X-5         |              | Хлеб 1 сорт                                           | 40          | 4,7  | 0,6  | 29,0  | 141,0        |
| VI-1        | 2 ужин       | Кисломолочный продукт Варенец                         | 200         | 5,8  | 5,0  | 9,0   | 110,0        |
| X-3         |              | Вафли промышленного производства                      | 35          |      |      |       |              |

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева