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

МЕНЮ
06 декабря 2025 года
(19 день санаторно-оздоровительного заезда+профильная смена)
7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с повидлом или джемом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
II-15/1		Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,7	5,0	18,8	143,8
VII-2		Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0	10	40,0
VI-13		Батон подмосковный		2,3	1,0	12,4	78,3
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,3	72,0
X-5			30				
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблоко-персик (индивидуальная упаковка)	200	0,6	-	33,6	130,0
II-3	Обед	Мясо птицы отварное на супов	15	2,7	2,8	0,1	36,2
II-11		Суп Снежок	200	3,2	3,3	17,5	111
III-3		Гуляш из говядины	90/45	25,3	28	7,8	421
IV-6		Каша гречневая рассыпчатая	150	5,82	3,6	30,0	242,5
VI-4		Компот из замороженных ягод (смородина)	200	0,25	0,00	16,0	59,34
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,00	0,5	24,2	117,5
X-5		Хлеб Отрубной	30	2,31	0,42	14,7	60,3
XII-1		Зелень свежая	2	0,06	0	0,1	0,7
X-2	Полдник	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой	50	5,58	19,8	55,9	423
VI-9		Напиток цитрусовый	200	0,5	0,3	16,8	69,0
XII-3		Фрукт (яблоко)	200	0,8	0	22,6	92
I-1	Ужин	Винегрет овощной	60	0,76	6,0	5,0	83
III-34		Жаркое из филе цыпленка	250	15,75	18,0	24,0	320,5
VI-15		Чай черный с имбирем	200	0,24	0,12	9,75	40
X-5		Хлеб Бородинский	20	1,5	0,17	8,81	46,95
X-5		Хлеб 1 сорт	40	0	0,6	16,0	80,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	6,0	5,0	8,0	100,0
X-3		Вафли промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом Н.А.Гаврилова

Заведующая столовой Н.В Аксентьева

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

МЕНЮ
06 декабря 2025 года
(19 день санаторно-оздоровительного заезда+профильная смена)
11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с повидлом или джемом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
II-15/1		Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,15	6,3	23,5	179,7
VII-2 VI-13		Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0	10	40,0
X-5		Батон подмосковный	50	3,6	1,4	26,75	133,5
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	14,7	60,3
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблоко-персик (индивидуальная упаковка)	200	0,6	-	33,6	130,0
II-3	Обед	Мясо птицы отварное на супов	20	3,6	3,7	0,1	48,2
II-11		Суп Снежок	250	4,0	4,1	21,9	138
III-3		Гуляш из говядины	100/50	31,6	35	8,4	452
IV-6		Каша гречневая рассыпчатая	180	6,9	4,3	36,0	291,0
VI-4		Компот из замороженных ягод (смородина)	200	0,25	0,00	16,0	59,34
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
X-5		Хлеб Отрубной	50	4,0	1,5	22,5	119,5
XII-1		Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
X-2	Полдник	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой	50	5,58	19,8	55,9	423
VI-9		Напиток цитрусовый	200	0,5	0,3	16,8	69,0
XII-3		Фрукт (яблоко)	200	0,8	0	22,6	92
I-1	Ужин	Винегрет овощной	100	1,26	10,14	8,32	129,26
III-34		Жаркое из филе цыпленка	300	18,9	21,6	28,8	384,6
VI-15		Чай черный с имбирем	200	0,24	0,12	9,75	40
X-5		Хлеб Бородинский	40	3	0,34	17,62	93,9
X-5		Хлеб 1 сорт	60	0	0,9	24	120
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	6	5	8	100
X-3		Вафли промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом Н.А.Гаврилова

Заведующая столовой Н.В Аксентьева