

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДПО ЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

07 октября 2025 года

(5 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецеп- туры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорий ность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с джемом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
II-15/1		Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,7	5	18,8	143,8
VI-13		Чай черный с натуральными добавками(бергамот)	200	0,2	0,0	10,0	40,0
X-5		Батон подмосковный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,3	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,2	20,2	92,0
II-13	Обед	Щи вегетарианские со сметаной	200	2,6	7,8	9,11	114,4
III-16		Оладьи из печени по-Кунцовски	100	16,9	5,3	14,2	172,0
IV-4		Картофельное пюре	150	3,2	6,1	23,3	160,5
VI-25		Кисель из повидла, джемом, вареньем	200	0,2	-	27,6	110,0
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5
X-5		Хлеб Отрубной	30	2,4	0,9	13,5	71,7
XII-1		Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
X-7	Полдник	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой	50	2,5	11,7	20,4	196,2
VI-9		Напиток цитрусовый	200	0,5	0,3	16,8	69
XII-3		Фрукт (банан)	200	3,0	0,0	42,0	180,0
I-11	Ужин	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,5	3,0	3,2	42,0
III-38		Мясо в собственном соку	90/27	29,0	9,0	1,0	200,0
IV-9		Каша пшеничная рассыпчатая	150	3,9	4,8	37,6	210,0
VI-15		«Булгур»					
X-5		Чай черный с имбирем	200	0,2	0,1	9,8	40,0
X-5		Хлеб Бородинский	20	1,2	0,2	8,8	42,0
		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	6,0	5,0	8,0	100,0
X-3		Пряник промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

07 октября 2025 года

(5 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1 II-15/1 VI-13 X-5 X-5	Завтрак	Бутерброд с джемом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
		Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,15	6,3	23,5	179,7
		Чай черный с натуральными добавками(бергамот)	200	0,2	0,0	10,0	40,0
		Батон подмосковный	50	2,3	1,0	12,4	78,3
		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,3	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,2	20,2	92,0
II-13	Обед	Щи вегетарианские со сметаной	250	3,2	9,8	11,4	142,9
III-16		Оладьи из печени по-Кунцовски	100	16,9	5,3	14,2	172,0
IV-4		Картофельное пюре	200	4,3	8,1	31,1	214,0
VI-25		Кисель из фруктового повидла	200	0,2	-	27,6	110,0
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-7	Полдник	Бантик из слоеного теста с сахарной пудрой	50	2,5	11,7	20,4	196,2
VI-9		Напиток цитрусовый	200	0,5	0,3	16,8	69
XII-3		Фрукт (банан)	200	3,0	0	42	180
I-11	Ужин	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,8	5,1	5,3	70,0
III-38		Мясо в собственном соку	100/30	32,0	10,0	1,0	222,0
IV-9		Каша пшеничная рассыпчатая	180	4,7	5,8	45,0	252,0
VI-15		«Булгур»					
X-5		Чай черный с имбирем	200	0,2	0,1	9,8	40,0
X-5		Хлеб Бородинский	40	2,4	0,4	17,6	84,0
		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	6	5	8	100
X-3		Пряник промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева