

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

10 января

Санаторная смена – 13 день

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	122,0	30\20	152,0
	Каша молочная из смеси круп с маслом	200/5	261,3	250/5	297/9
	Кофейный напиток с молоком	200	115,0	200	115,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	78,3	30	78,3
	Батон «Подмосковный»	30	168,0	50	235,0
2 Завтрак	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200	112,0	200	112,0
Обед	Суп картофельный с рыбой и зеленью	200/1	145,5	250/1	203,7
	Котлета « Особая»	90	276,3	100	296,3
	Капуста тушеная	150	176,2	180	212,6
	Компот из ягод сушеных(курага)	200	71,0	200	71,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб «Отрубной»	30	73,5	50	122,5
	Чеснок	2	0,8	2	0,8
Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150\25	485,4	200\25	624,1
	Напиток из шиповника	200	144,0	200	144,0
	Фрукт (апельсин)	200	86,0	200	86,0
Ужин	Салат из свежих огурцов	60	36,1	100	60,2
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Люля-кебаб	90	386,0	100	428,8
	Соус томатный	50	52,9	50	52,9
	Каша гречневая рассыпчатая	150	109,6	180	131,5
	Чай черный с сахаром	200	48,6	200	48,6
	Хлеб «Минский»	20	52,0	40	104,0
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	141,0
2 ужин	Кисломолочный продукт «Ряженка»	200	112,5	200	112,5
	Печенье сахарное промышленного производства	35	154,9	35	154,9

ИО Начальник медицинской службы
ИО Заведующая столовой



М.А. Обсокова
Е.А. Налейкина