

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский



МЕНЮ  
11 января  
Санаторная смена

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
<b>Завтрак</b>	Масло сливочное порционно 72%	10	66,0	10	66,0
	Яйцо вареное	1/40	57,2	1/40	57,2
	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/5	226,0	250/5	263,0
	Какао с молоком	200	48,6	200	48,6
	Батон «Подмосковный»	60	130,5	80	168,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	70,5	30	70,5
<b>2 завтрак</b>	Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка)	200	114,0	200	114,0
<b>Обед</b>	Огурец свежий порционно	60		100	
	Суп картофельный с сыром и гренками	200/15	116,2	250/20	145,3
	Котлета «школьная»	90	322,3	100	380,9
	Бобовые отварные с маслом	150/5	211	180/5	298,0
	Компот из яблок с лимоном	200	104,0	200	104,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб «Бородинский»	30	60,3	50	100,5
Лук репчатый	3	1,2	3	1,2	
<b>Полдник</b>	Пицца «Пионерская»	100		100	
	Чай черный с натуральными добавками	200	114,0	200	114,0
	Фрукт (мандарин)	150	57,0	150	57,0
<b>Ужин</b>	Сельдь с луком	65	106,0	65	141,3
	Жаркое по домашнему	250	348,2	300	417,8
	Чай «Каркаде»	200	61,6	200	61,6
	Хлеб «Минский»	20	52,0	40	104,0
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	141,0
	конфеты	54		54	
<b>2 ужин</b>	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье сдобное промышленного производства	35	146,0	35	146,0

ИО Начальник медицинской службы  
ИО Заведующая столовой



М.А. Обсокова  
Е.А. Налейкина