



**Меню**  
13 июля 2025  
(20 день санаторно-оздоровительного заезда)

| Прием пищи       | Наименование блюда                                      | Выход блюда (7-10 лет) | Ккал          | Выход блюда (11-17 лет) | Ккал          |
|------------------|---------------------------------------------------------|------------------------|---------------|-------------------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>   | Бутерброд с колбасой в/к Сервелат                       | 30/15                  | 147,0         | 30/20                   | 166,0         |
|                  | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом                 | 200/5                  | 200,0         | 250/5                   | 254,7         |
|                  | Чай черный с молоком                                    | 200                    | 87,3          | 200                     | 87,3          |
|                  | Хлеб «Отрубной»                                         | 30                     | 71,7          | 30                      | 71,7          |
|                  | Батон «Нарезной»                                        | 30                     | 78,6          | 50                      | 131,0         |
| <b>2 завтрак</b> | Сок фруктовый (абрикосовый) индивидуальная упаковка     | 200                    | 112,0         | 200                     | 112,0         |
| <b>Обед</b>      | Суп картофельный с сыром, с мясом, с гренками и зеленью | 200/15/1<br>30         | 126,0<br>11,3 | 250/20/1<br>30          | 126,0<br>11,3 |
|                  | Рыба, тушенная в сметанном соусе                        | 100/42/25              | 221,3         | 120/50/30               | 265,0         |
|                  | Картофельное пюре с морковью                            | 150                    | 131,8         | 200                     | 175,8         |
|                  | Компот из замороженных ягод (вишня)                     | 200                    | 59,3          | 200                     | 59,3          |
|                  | Хлеб 1 сорт                                             | 50                     | 117,5         | 60                      | 96,0          |
|                  | Хлеб «Прибалтийский»                                    | 20                     | 48,0          | 50                      | 141,0         |
|                  |                                                         |                        |               |                         |               |
| <b>Полдник</b>   | Булочка промышленного производства                      | 60                     | 127,2         | 60                      | 127,2         |
|                  | Кисель из повидла                                       | 200                    | 110,0         | 200                     | 110,0         |
|                  | Фрукт (яблоко)                                          | 150                    | 104,0         | 150                     | 104,0         |
| <b>Ужин</b>      | Помидоры свежие порционно                               | 60                     | 10,8          | 100                     | 18,0          |
|                  | Зелень свежая (в ассортименте)                          | 1                      | 0,4           | 1                       | 0,4           |
|                  | Плов из говядины                                        | 250                    | 347,0         | 300                     | 418,0         |
|                  | Чай черный с натуральными добавками (чабрец)            | 200                    | 40,0          | 200                     | 40,0          |
|                  | Зефир в шоколаде                                        | 54                     | 210,6         | 54                      | 210,6         |
|                  | Хлеб «Минский»                                          | 30                     | 72,0          | 40                      | 96,0          |
|                  | Хлеб 1 сорт                                             | 40                     | 94,0          | 60                      | 141,0         |
| <b>2 ужин</b>    | Кисломолочный продукт «Йогурт»                          | 200                    | 156,0         | 200                     | 156,0         |
|                  | Печенье овсяное промышленного производства              | 35                     | 153,0         | 35                      | 153,0         |

Начальник медицинской службы  
Заведующая столовой

М.А.Обсокова  
Н.В.Аксентьева