

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛЖД «Тимуровец»

Е.Н. Дубровский

**МЕНЮ**  
**14 января**  
**Санаторная смена – 17 смена**

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	95,3	30/20	123,5
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/5	265,2	250/5	301,3
	Какао с молоком	200	61,0	200	61,0
	Хлеб «Бородинский»	30	72,0	30	72,0
	Батон «Подмосковный»	30	78,3	50	130,5
<b>2 Завтрак</b>	Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)	200	114,0	200	114,0
<b>Обед</b>	Перец болгарский порционно	60	14,1	100	23,6
	Суп картофельный с сыром и гренками	200/15	138,25	250/20	193,55
	Тефтели из говядины с рисом	30	112,0	30	112,0
	Каша гречневая рассыпчатая	90	199,4	100	235,6
	Соус томатный	150	188,6	200	233,0
	Компот из ягод сушеных (изюм)	50	52,9	50	52,9
	Хлеб 1 сорт	200	105,0	200	105,0
	Хлеб «Отрубной»	20	48,0	50	102,8
	Лук репчатый	30	60,3	50	120,6
<b>Полдник</b>	Запеканка из творога с фруктовым повидлом	3	1,2	3	1,2
	Напиток из шиповника	150/25	417,0	200/25	417,0
	Фрукт (мандарин)	200	78,0	200	78,0
<b>Ужин</b>	Фрукт (мандарин)	150	76,0	150	76,0
	Салат из свежих огурцов	60	22,1	100	36,9
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Картофельная запеканка с мясом и маслом	250/5	413,8	300/5	467,3
	Чай зеленый с сахаром	200	76,6	200	76,6
	Хлеб «Прибалтийский»	20	52,0	40	104,0
<b>2 ужин</b>	Хлеб 1 сорта	40	96,0	60	122,5
	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	112,5	200	112,5
	Печенье овсяное промышленного производства	35	116,0	35	116,0

ИО Начальник медицинской службы  
ИО Заведующая столовой

*Е.Н. Дубровский*

М.А. Обсокова  
Е.А. Налейкина