

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛЖД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

## МЕНЮ

16 января

Санаторная смена – 19 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
<b>Завтрак</b>	Бутерброд с джемом или повидлом	30/20/10	152,6	30/20/10	152,6
	Суп молочный с макаронными изделиями	200/5	261,3	250/5	297,9
	Кофейный напиток с молоком	200	118,0	200	118,0
	Хлеб ржано – пшеничный	30	156,6	30	156,6
	Батон «Подмосковный»	30	78,0	50	105,0
<b>2 Завтрак</b>	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200	114,0	200	114,0
<b>Обед</b>	Помидор свежий порционно	60	23,0	100	38,3
	Суп пюре из разных овощей с гренками	200/15	104,2	250/20	145,8
	Гуляш из говядины	30	112,0	30	112,0
	Перловка отварная	90/45	254,0	100/50	300,0
	Кисель из ягод, замороженных (облепиха)	150	152,9	180	163,2
	Хлеб 1 сорт	200	104,0	200	104,0
	Хлеб «Отрубной»	20	68,1	30	113,5
	Лук репчатый	30	70,5	50	120,6
<b>Полдник</b>	Булочка творожная	3	1,2	3	1,2
	Сок фруктовый (грушевый)	90	265,0	90	265,0
	Фрукт (банан)	200	112,0	200	112,0
<b>Ужин</b>	Фрукт (банан)	200	182,0	200	182,0
	Винегрет с сельдью	50/25	66,0	75/25	76,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Жаркое с мясом птицы	250	382,0	300	424,3
	Чай черный с добавками (черника)	200	48,6	200	48,6
	Хлеб «Бородинский»	20	24,3	40	96,3
<b>2 ужин</b>	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	150,5
	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье сахарное промышленного производства	35	71,3	35	71,3

ИО Начальник медицинской службы  
Исп. об. зав. производством

*Обс*  
*Е. Налейкина*

М.А. Обсокова  
Е.А.Налейкина