

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

20 декабря 2025 года

(заезда выходного дня)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-8	Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	4,97	8,01	7,56	112,2
VII-5		Омлет натуральный	150	13,43	20,81	3,5	255,09
VI-14		Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон подмосковный	50	2,3	0,9	15,4	78,6
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0
IX-4	Перекус	Сырники из творога со сгущенным молоком	140/25	19,0	13,0	38,0	333,0
VI-9		Напиток из шиповника	200	3,2	-	11,0	46,9
XII-3		Фрукты свежие (банан)	200	4,8	2,5	13,4	45,0
II-1	Обед	Огурец свежий порционно	60	0,5	0,0	1,5	8,4
III-40		Солянка сборная мясная	200	5,5	8,1	10,4	135,6
IV-13		Шашлычок из филе цыпленка	100	20,4	9,7	1,9	172,0
VI-4		Картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,3	160,5
X-5		Компот из ягод сушеных(курага)	200	0,1	0,0	24,2	117,5
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,3	26,0	104,0
X-5		Хлеб Прибалтийский	30	1,8	-	44,8	182,0
XII-1		Зелень свежая	2	0,0		13,2	63,0
II-3	Ужин	Салат Веснушка	60	1,0	3,1	7,6	60,0
II-33		Плов из говядины	250	12,8	16,3	37,5	347
VI-15		Чай зеленый	200	0,1	-	10,0	40,6
X-5		Хлеб Бородинский	20	3,2	0,4	19,3	94,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	1,5	0,2	10,2	48,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт	200	5,6	6,4	8,2	112,5
X-3		Ряженка					
		Батончик -мюсли (яблоко)	32				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛЖД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

20 декабря 2025 года

(заезда выходного дня)

11-17лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-8	Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/20	6,6	10,6	10,0	163,0
VII-5		Омлет натуральный	200	18,0	27,7	14,7	98,7
VI-14		Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон подмосковный	50	2,3	0,9	15,4	78,6
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0
	Перекус	Сырники из творога со сгущенным молоком	140/25	19,0	13,0	38,0	333,0
		Напиток из шиповника	200	3,2	-	11,0	46,9
		Фрукты свежие (банан)	200	3	0	44,8	182,0
	Обед	Огурец свежий порционно	100	0,8	0,0	2,5	14,0
		Солянка сборная мясная	250	6,8	10,2	13,0	170,0
		Шашлычок из филе цыпленка	120	24,5	11,4	2,3	206,6
		Картофельное пюре	200	3,2	6,06	23,3	160,5
		Компот из ягод сушеных(курага)	200	1,0	0,0	26,0	104,0
		Хлеб 1 сорт	60	4,0	0,5	24,2	117,5
		Хлеб Прибалтийский	50	1,8	0,3	13,2	63,0
		Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-3	Ужин	Салат Веснушка	100	1,7	5,1	12,6	100,1
II-33		Плов из говядины	300	15,3	19,6	45,0	418,0
VI-15		Чай зеленый	200	0,1	-	10,0	40,6
X-5		Хлеб Бородинский	50	3,2	0,4	19,3	94,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	1,5	0,2	10,2	48,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт	200	5,6	5,0	22,4	158,0
X-3		Ряженка					
		Батончик-мюсли(яблоко)	32				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева