

Утверждаю:

Начальник

ДОЛКД «Пионер»

А.С.Ким

Меню

26 июля 2025

(10 день санаторно-оздоровительного заезда)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Ккал	Выход блюда	Ккал
Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к «Сервелат»	30/15	147,0	30/20	166,0
	Каша Овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом	200/5	207,4	250/5	258,0
	Чай черный с молоком	200	87,3	200	87,3
	Батон	50	78,6	50	131,0
	Хлеб «Прибалтийский»	30	72,0	30	72,0
2 Завтрак	Сок фруктовый (яблочный) индивидуальная упаковка	200	94,0	200	94,0
Обед	Рассольник Ленинградский с мясом говядины, с зеленью	200/15/1	120,0	250/20/1	150,0
	Рыба(филе) отварная с овощами и маслом	100/5	188,5	120/5	226,2
	Картофельное пюре	150	160,5	180	214,0
	Компот из ягод сушеных(курага)	200	104,0	200	104,0
	Хлеб 1 сорт	50	117,5	60	117,5
	Хлеб «Отрубной»	20	47,9	50	119,5
Полдник	Печенье сдобное промышленного производства	35	235,3	35	235,3
	Молоко «Тема»	200	117,0	200	117,0
	Фрукт (яблоко)	200	84,0	200	84,0
Ужин	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	42,0	100	70,0
	Зелень свежая(в ассортименте)	1	0,4	1	0,4
	Мясо с овощным соусом	90/45	313,0	100/50	347,8
	Спагетти отварные	200	290,0	230	344,1
	Чай Каркаде	200	40,0	200	40,0
	Хлеб «Мминский»	30	72,0	40	96,0
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	141,0
2 Ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	100,0	200	100,0
	Вафли промышленного производства	35	119,7	35	119,7

Начальник медицинской службы

Заведующая столовой

М.А.Обсокова

Н.В.Аксентьева