

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

30 ноября 2025 года

(13 день санаторно-оздоровительного заезда+ профильная смена)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-2	Завтрак	Бутерброд с колбасой	30/15	5,45	5,6	16,2	147,0
VII-11		Каша ячневая молочная жидкая с маслом	200/5	6,2	4,6	41,6	233,4
VI-8		Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
X-5		Батон подмосковный	30	2,4	0,9	17,1	87,0
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка)	200	1	0	27,4	112,0
II-3	Обед	Мясо птицы отварная на суп	15	2,7	2,8	0,1	36,2
II-9		Суп картофельный с сыром и гренками	200/30	4,6	4,0	5,6	76,8
				0	0	0,02	0,011
III-8		Котлета по-хлыновски	90	16,2	20,7	6,1	270,5
IV-1		Бобовые отварные	150	17,9	5	37,2	265,0
VI-6		Компот из ягод сушеных (курага)	200	1,2	0	15,2	67,0
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5
X-5		Хлеб Бородинский	30	2,31	0,42	14,7	60,3
XII-3		Лук репчатый	3	0,4	0	0,27	4,2
XII-3		Зелень свежая	2	0,06	0	0,1	0,7
IX-1	Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/25	22,8	14,1	38	370,5
VI-7		Напиток из шиповника	200	0	0	11,01	46,87
XII-3		Фрукт (банан)	200	0,8	0	22,6	92,0
I-6	Ужин	Салат Здоровье из отварных овощей	60	0,6	1,8	10	55
III-40		Филе куриное тушеное в соусе с овощами	90/45	15,48	7,11	2,34	138,78
IV-10		Макаронные изделия отварные	200	7,36	7,06	47,1	224,0
VI-14		Чай зеленый с сахаром	200	0,12	0	10,04	40,64
X-5		Хлеб Минский	20	1,4	0,2	10	48
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,36	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт Варенец	200	5,8	5,0	22,4	158,0
X-3		Печенье сдобное промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

30 ноября 2025 года

(13 день санаторно-оздоровительного заезда+ профильная смена)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-2	Завтрак	Бутерброд с колбасой	30/20	6,2	8,5	16,2	166,0
VII-11		Каша ячневая молочная жидкая с маслом	250/5	7,75	5,75	52	291,7
VI-8		Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
X-5		Батон подмосковный	50	4,0	1,5	28,5	145,0
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка)	200	1	0	27,4	112,0
II-3	Обед	Мясо птицы отварная на суп	20	3,6	3,7	0,1	48,2
II-9		Суп картофельный с сыром и гренками	250/30	5,8	5,0	7,0	96,0
				0	0	0,002	0,011
III-8		Котлета по-хлыновски	100	18	23	6,8	300,6
IV-1		Бобовые отварные	180	21,5	6,0	44,6	318,0
VI-6		Компот из ягод сушеных (курага)	200	1,2	0	15,2	67,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,8	0,6	29,04	141,0
X-5		Хлеб Бородинский	50	3,85	0,7	24,5	100,5
XII-3		Лук репчатый	3	0,4	0	0,27	4,2
XII-3		Зелень свежая	2	0,06	0	0,1	0,7
IX-2	Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/25	29,8	18,1	46	466,5
VI-7		Напиток из шиповника	200	0	0	11,01	46,87
XII-3		Фрукт (банан)	200	0,8	0	22,6	92,0
I-6	Ужин	Салат Здоровье из отварных овощей	100	1	3	6	91,6
III-40		Филе куриное тушеное в соусе с овощами	100/50	17,2	7,9	2,6	154,2
IV-10		Макаронные изделия отварные	230	8,46	8,12	54,0	257,6
VI-14		Чай зеленый с сахаром	200	0,12	0	10,04	40,64
X-5		Хлеб Минский	40	2,8	0,4	20,0	96,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,8	0,6	29,04	141,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт Варенец	200	5,8	5,0	22,4	158,0
X-3		Печенье сдобное промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В. Аксентьева