

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДОЛ «Звёздный бриз»
 С. В. Лукьянцев

МЕНЮ

1 день оздоровительного заезда

Дата: 01.08.2026 г.

День недели: суббота

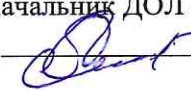
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к "Сервелат"	30\15	5,45	5,6	16,2	147	XI-2
	Каша пшеничная молочная жидкая	200/5	6,0	6,9	28,5	200,0	VI-7
	Напиток кофейный с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7	VI-8
	Хлеб "Ржано -пшеничный"	30	2,1	0,3	15,0	72,0	X-5
	Батон	30	2,40	0,90	17,10	87,00	X-5
Второй завтрак							
Обед	Мясо говядина отварная на супы	15	3,1	0,4	0,0	15,6	II-2
	Суп картофельный с фасолью	200	5,0	4,5	17,8	134,0	II-17-2
	Рыба тушеная в томате с овощами	100/42	13,2	2,3	7,2	103	III-21
	Каша пшеничная рассыпчатая "Булгур"	150	3,9	4,8	37,6	210,0	IV-9
	Кисель из облепихи	200	0,3	1,1	19,2	88,2	VI-3
	Хлеб 1 сорт	50	4,00	0,50	24,20	117,50	X-5
	Хлеб Бородинский	20	1,20	0,20	8,80	42,00	X-5
Полдник	Булочка промышленного производства	60	7,68	2,16	38,72	201,60	X-22
	Напиток из повидла плодово - ягодного	200	0,20	0,00	27,60	110,00	VI-28
	Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Икра морковная	60	1,1	3,6	6,5	57,4	I-3
	Котлета по-Хлыновски	90	16,2	20,4	6,1	270,5	III-8
	Каша пшеничная вязкая	150	6,6	2,70	28,70	166,00	IV-8
	Чай с сахаром	200	0,12	0,00	10,04	40,64	VI-14
	Хлеб "Минский"	30	2,30	0,30	15,30	72,00	X-5
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Йогурт"	200	5,6	5,0	22,0	156,0	VI-1
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21	154	X-3

Заведующий столовой



Е.Н. Загородникова

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДОЛ «Звёздный бриз»
 С. В. Лукьянцев

МЕНЮ

1 день оздоровительного заезда

Дата: **01.08.2026 г.**

День недели: **суббота**

Возрастная категория: **12-17лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к "Сервелат"	30/20	6,2	8,5	16,2	166,0	XI-2
	Каша пшениная молочная жидкая	250/5	7,7	8,7	36,4	254,7	VII-7
	Напиток кофейный с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7	VI-8
	Хлеб "Ржано -пшеничный"	30	2,1	0,3	15,0	72,0	X-5
	Батон	50	4,0	1,5	28,5	145,0	X-5
Второй завтрак							
Обед	Мясо говядина отварная на супы	20	4,1	0,5	0,0	20,8	II-2
	Суп картофельный с фасолью	250	6,2	5,6	22,3	167,0	II-17-2
	Рыба тушеная в томате с овощами	120/50	16,1	2,8	8,7	125	III-21
	Каша пшеничная рассыпчатая "Булгур"	180	4,7	5,8	45,0	252,0	IV-9
	Кисель из облепихи	200	0,3	1,1	19,2	88,2	VI-3
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	X-5
	Хлеб Бородинский	50	3,0	0,5	22,0	105,0	X-5
Полдник	Булочка промышленного производства	60	7,68	2,16	38,72	201,60	X-22
	Напиток из повидла плодово - ягодного	200	0,20	0,00	27,60	140,00	VI-28
	Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Икра морковная	100	2,3	7,6	13,6	119,6	I-3
	Котлета по-Хлыновски	100	18,0	23,0	6,8	300,6	III-8
	Каша пшеничная вязкая	180	8,8	3,2	38,3	217,0	IV-8
	Чай с сахаром	200	0,12	0,00	10,04	40,64	VI-14
	Хлеб "Минский"	40	3,0	0,4	20,4	96,0	X-5
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Йогурт"	200	5,6	5,0	22,0	156,0	VI-1
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21	154	X-3

Заведующий столовой



Е.Н. Загородникова