

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник ДОЛКД "Пионер"  
М.В. Кумпицкая

МЕНЮ

1 день санаторно-оздоровительного заезда  
Дата: 02.06.2026 г.

День недели: вторник

Возрастная категория: 11-17лет


| Прием пищи     | Наименование блюда                                  | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------|---|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-------------|
|                |   |             | Б                    | Ж     | У     |                                |             |
| Завтрак        | Бутерброд с джемом                                  | 30/10/20    | 2,93                 | 8,00  | 27,30 | 190,00                         | XI-1        |
|                | Омлет натуральный                                   | 200         | 18,00                | 27,70 | 4,70  | 340,10                         | VIII-2      |
|                | Кофейный напиток                                    | 200         | 2,79                 | 3,19  | 14,71 | 98,69                          | VI-8        |
|                | Батон   | 50          | 4,00                 | 1,50  | 28,50 | 145,00                         | X-5         |
|                | Хлеб "Ржано-пшеничный"                              | 30          | 2,10                 | 0,30  | 15,00 | 72,00                          | X-5         |
| второй завтрак | Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка) | 200         | 1                    | 0     | 28    | 112                            | VI-26       |
| Обед           | Щи вегетарианские со сметаной                       | 250         | 3,23                 | 9,78  | 11,4  | 142,94                         | II-13       |
|                | Мясо в собственном соку                             | 100/3       | 32,0                 | 10,0  | 1,0   | 222,0                          | III-38      |
|                | Рис припущенный                                     | 180         | 4,4                  | 6,5   | 45,2  | 300,0                          | VI-13-1     |
|                | Компот из замороженных ягод (смородина) лето        | 200         | 0,20                 | 0,00  | 10,80 | 43,90                          | VI-18       |
|                | Хлеб 1 сорт   | 60          | 4,70                 | 0,60  | 29,00 | 141,00                         | X-5         |
|                | Хлеб "Бородинский"                                  | 50          | 3                    | 0,5   | 22    | 105                            | X-5         |
| Полдник        | Булочка промышленного производства                  | 60          | 7,68                 | 2,16  | 38,72 | 201,6                          | X-22        |
|                | Напиток цитрусовый                                  | 200         | 0,5                  | 0,3   | 16,8  | 69                             | VI-9        |
|                | Фрукт (яблоко)                                      | 200         | 0,8                  | 0,0   | 22,6  | 92                             | XII-3 1     |
| Ужин           | Зелень свежая                                       | 2           | 0,1                  | 0,0   | 0,1   | 0,7                            | X-II-1      |
|                | Огурец порционно                                    | 60          | 0,80                 | 0,00  | 2,50  | 14,00                          | I-5         |
|                | Котлета рубленая из мяса птицы с сыром              | 120         | 26,4                 | 8,4   | 19,2  | 351,6                          | III-9       |
|                | Макаронные изделия отварные                         | 180         | 7,0                  | 7,0   | 43,0  | 261,0                          | IV-10       |
|                | Чай зеленый   | 200         | 0,1                  | 0,0   | 10,0  | 40,6                           | VI-10       |
|                | Хлеб "Минский"                                      | 40          | 3                    | 0,4   | 20,4  | 96                             | X-5         |
|                | Хлеб 1 сорт   | 60          | 4,7                  | 0,6   | 29    | 141                            | X-5         |
| 2 ужин         | Кисломолочный продукт "Снежок"                      | 200         | 5,60                 | 5,00  | 22,40 | 158,00                         | VI-1        |
|                | Пряник промышленного производства                   | 35          | 1,9                  | 1,75  | 26,6  | 122,5                          | X-3         |

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой

С.В. Новикова

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник ДОЛКД "Пионер"  
 М.В. Кумпицкая

МЕНЮ

1 день санаторно-оздоровительного заезда  
Дата: 02.06.2026 г.

День недели: вторник

Возрастная категория: 7-10 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                                  | Выход блюда | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------|---|-------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|-------------|
|                |   |             | Б                | Ж     | У     |                                |             |
| Завтрак        | Бутерброд с джемом                                  | 30/10/20    | 2,93             | 8,00  | 27,30 | 190,00                         | XI-1        |
|                | Омлет натуральный                                   | 150         | 13,43            | 20,81 | 3,50  | 255,09                         | VIII-I      |
|                | Кофейный напиток                                    | 200         | 2,79             | 3,19  | 14,71 | 98,69                          | VI-8        |
|                | Батон   | 30          | 2,40             | 0,90  | 17,10 | 87,00                          | X-5         |
|                | Хлеб "Ржано-пшеничный"                              | 30          | 2,1              | 0,3   | 15,0  | 72,0                           | X-5         |
| второй завтрак | Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка) | 200         | 1,00             | 0,00  | 28,00 | 112,00                         | VI-26       |
| Обед           | Щи вегетарианские со сметаной                       | 200         | 2,58             | 7,82  | 9,12  | 114,4                          | II-13       |
|                | Мясо в собственном соку                             | 90/27       | 29,0             | 9,0   | 1,0   | 200,0                          | III-38      |
|                | Рис припущенный                                     | 150         | 3,70             | 5,40  | 37,70 | 215,00                         | IV-13-1     |
|                | Компот из замороженных ягод (смородина) лето        | 200         | 0,2              | 0,0   | 10,8  | 43,9                           | VI-18       |
|                | Хлеб 1 сорт   | 50          | 4,10             | 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 цитрусовый                                  | 200         | 0,5              | 0,3   | 16,8  | 69,0                           | VI-9        |
|                | 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                            | X-II-1      |
|                | Огурец порционно                                    | 60          | 0,48             | 0,00  | 1,50  | 8,40                           | I-5         |
|                | Котлета рубленая из мяса птицы с сыром              | 100         | 22,0             | 7,0   | 16,0  | 293,0                          | III-9       |
|                | Макаронные изделия отварные                         | 150         | 5,5              | 5,3   | 35,3  | 211,0                          | IV-10       |
|                | Чай зеленый   | 200         | 0,1              | 0,0   | 10,0  | 40,6                           | VI-10       |
|                | 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         |
| 2 ужин         | Кисломолочный продукт "Снежок"                      | 200         | 5,60             | 5,00  | 22,40 | 158,00                         | VI-1        |
|                | Пряник промышленного производства                   | 35          | 1,9              | 1,75  | 26,6  | 122,5                          | X-3         |

Заведующий медицинским пунктом



Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой



С.В. Новикова