

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

МЕНЮ

2 день оздоровительного заезда

Дата: 02.08.2026 г.

День недели: воскресенье

Возрастная категория: 12-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы
			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-1
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,9	VI-2
	Батон	80	6,4	2,4	45,6	232,0	X-5
	Хлеб "Ржано - пшеничный"	30	2,1	0,3	15,0	72,0	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый виноградный (индивидуальная упаковка)	200	0,60	0,00	37,00	144,00	VI-6
Обед	Мясо птицы отварное для супов	20	3,60	3,70	0,10	48,20	II-3
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	2,9	21,8	124,0	II-18
	Печень говяжья по-строгановски	100/50	27,5	13,7	11,4	280,4	III-17
	Рис припущенный	180	4,4	6,5	45,2	300,0	VI-13-1
	Компот из замороженных ягод (вишня) лето	200	0,10	0,00	11,60	46,40	VI-18
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	X-5
	Хлеб "Отрубной"	50	4,0	1,5	22,5	119,5	X-5
Полдник	Сырники из творога со сгущенным молоком	140/25	9,0	16,0	33,0	307,0	IX-4
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	фрукт (мандарин)	150	1,20	0,00	12,90	57,00	XII-3\1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Огурец порционно	100	0,80	0,00	2,50	14,00	I-5
	Жаркое из филе цыпленка	300	37,2	9,7	26,4	338,5	III-34
	Чай зеленый	200	0,1	0,0	10,0	40,6	VI-10
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	X-5
	Хлеб " Минский"	40	3,0	0,4	20,4	96,0	X-5
	Конфеты шоколадные	54	0,9	5,6	40,3	208,4	X-21
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Варенец"	200	5,8	5,0	9,0	110,0	VI-1
	Воздушные зерна риса на фруктозе	30	3,5	2	25,8	114	X-20

Заведующий столовой



Е.Н. Загородникова

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

МЕНЮ

2 день оздоровительного заезда

Дата: 02.08.2026 г.

День недели: воскресенье

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы
			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-1
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,9	VI-2
	Батон	60	4,8	1,8	34,2	174,0	X-5
	Хлеб "Ржано - пшеничный"	30	2,1	0,3	15,0	72,0	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый виноградный (индивидуальная упаковка)	200	0,60	0,00	37,00	144,00	VI-6
Обед	Мясо птицы отварное для супов	15	2,7	2,8	0,1	36,2	II-3
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,3	2,3	17,4	99,0	II-18
	Печень говяжья по-строгановски	90/45	18,5	13,3	9,9	235,6	III-17
	Рис припущенный	150	3,70	5,40	37,70	215,00	IV-13-1
	Компот из замороженных ягод (вишня) лето	200	0,10	0,00	11,60	46,40	VI-18
	Хлеб 1 сорт	50	4,00	0,50	24,20	117,50	X-5
	Хлеб "Отрубной"	20	1,6	0,6	9,0	47,8	X-5
Полдник	Сырники из творога со сгущенным молоком	140/25	9,0	16,0	33,0	307,0	IX-4
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	фрукт (мандарин)	150	1,20	0,00	12,00	57,00	XII-3\1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Огурец порционно	60	0,48	0,00	1,50	8,40	I-5
	Жаркое из филе цыпленка	250	31,0	8,1	22,0	282,1	III-34
	Чай зеленый	200	0,1	0,0	10,0	40,6	VI-10
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	X-5
	Хлеб " Минский"	30	3,0	0,4	20,4	96,0	X-5
	Конфеты шоколадные	54	0,9	5,6	40,3	208,4	X-21
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Варе́нец"	200	5,8	5,0	9,0	110,0	VI-1
	Воздушные зерна риса на фруктозе	30	3,5	2	25,8	114	X-20

Заведующий столовой



Е.Н. Загородникова