УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
_____ Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

14 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: **03.11.2026** г.

День недели: **Вторник**

Возрастная категория: 12-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66,0	XII-2
	Каша молочная ячневая жидкая с маслом	250/5	8,68	12,83	52,38	361,00	VII-11
	Чай с молоком	200	2,80	2,40	13,30	87,30	VI-12
	Хлеб "Минский"	30	2,30	0,30	15,30	72,00	X-5
	Батон	80	6,40	2,40	45,60	232,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый мультифруктовый (индивидуальная упаковка)	200	0,40	0,00	24,00	100,00	VI-26
Обед	Огурец порционно	100	0,8	0	2,5	14	I-5
	Мясо говядина отварная на супы	20	4,1	0,5	0	20,8	II-2
	Суп картофельный с фасолью	250	6,2	5,6	22,3	167	II-17-2
	Рыба тушеная в сметанном соусе	120/50/30	25,00	16,00	5,00	265,00	III-20
	Картофельное пюре с морковью	200	5,00	4,62	29,46	175,78	IV-5/3
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,00	0,00	26,00	104,00	VI-5
	Хлеб 1 сорт	60	4,70	0,60	29,00	141,00	X-5
	Хлеб "Отрубной"	50	4,00	1,50	22,50	119,50	X-5
	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	3,00	XII-4
Полдник	Булочка творожная	90	10,60	5,20	45,50	259,20	X-1
	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	11,01	46,87	VI-7
	Фрукт свежий (мандарин)	150	1,20	0,00	12,90	57,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,06	0,00	0,10	0,70	XII-1
	Салат с белокачанной капусты с морковью	100	0,84	5,06	5,32	70,02	I-11
	Плов из филе птицы	300	31,50	5,70	40,2	339,0	III-32
	Чай "Каркаде"	200	0,10	0,00	10,00	40,00	VI-11
	Хлеб 1 сорт	60	4,70	0,60	29,00	141,00	X-5
	Хлеб "Ржано-пшеничный"	40	2,80	0,40	20,00	96,00	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Ряженка"	200	6,00	5,00	8,00	100,00	X-5
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21,0	154,0	X-3

Заведующий медицинским пунктом Н.А. Гаврилова

Заведующий производством Е.А.Налейкина

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
_____ Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

14 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: **03.11.2026** г.

День недели: **Вторник**

Возрастная категория: **7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66,0	XII-2
	Каша молочная ячневая жидкая с маслом	200/5	6,94	10,26	41,90	288,80	VII-11
	Чай с молоком	200	2,80	2,40	13,30	87,30	VI-12
	Хлеб "Минский"	30	2,30	0,30	15,30	72,00	X-5
	Батон	60	4,80	1,80	34,20	174,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый мультифруктовый (индивидуальная упаковка)	200	0,40	0,00	24,00	100,00	VI-26
Обед	Огурец порционно	60	0,48	0	1,5	8,4	I-5
	Мясо говядина отварная на супы	15	3,1	0,4	0	15,6	II-2
	Суп картофельный с фасолью	200	5	4,5	17,8	134	II-17-2
	Рыба тушеная в сметанном соусе	100/42/25	20,90	13,40	4,20	221,30	III-20
	Картофельное пюре с морковью	150	3,75	3,46	22,10	131,80	IV-5/3
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,00	0,00	26,00	104,00	VI-5
	Хлеб 1 сорт	50	4,00	0,50	24,20	117,50	X-5
	Хлеб "Отрубной"	20	1,60	0,60	9,00	47,80	X-5
	Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	3,00	XII-4
Полдник	Булочка творожная	90	10,60	5,20	45,50	259,20	X-1
	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	11,01	46,87	VI-7
	Фрукт свежий (мандарин)	150	1,20	0,00	12,90	57,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,06	0,00	0,10	0,70	XII-1
	Салат с белокачанной капусты с морковью	60	0,50	3,04	3,19	42,00	I-11
	Плов из филе птицы	250	26,30	4,80	33,5	282,5	III-32
	Чай "Каркаде"	200	0,10	0,00	10,00	40,00	VI-11
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	X-5
	Хлеб "Ржано-пшеничный"	30	2,10	0,30	15,00	72,00	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Ряженка"	200	6,00	5,00	8,00	100,00	X-5
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21,0	154,0	X-3

Заведующий медицинским пунктом Н.А. Гаврилова

Заведующий производством Е.А.Налейкина