

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСО ИКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

20 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 05.08.2026 г.

День недели: Среда

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	ХП-2
	Каша манная молочная жидкая	200/5	6,53	7,03	38,78	244,92	ВП-2
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,9	VI-2
	Батон	30	2,40	0,90	17,10	87,00	Х-5
	Хлеб "Ржано-пшеничный"	30	2,10	0,30	15,00	72,00	Х-5
Второй завтрак	Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка)	200	1,00	0,00	28,00	112,00	VI-26
Обед	Мясо говядина отварная на супы	15	3,10	0,40	0,00	15,60	П-2
	Суп картофельный с крупой "Харчо"	200	4,20	4,00	9,60	87,80	П-12
	Котлета рубленая из мяса птицы с сыром п/ф	100	22,00	7,00	16,00	293,00	Ш-50
	Каша пшеничная вязкая	150	6,6	2,7	28,7	166	IV-8
	Соус томатный	50	0,3	1,8	2,6	28,1	V-3
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,20	0,00	15,20	67,00	VI-19
	Хлеб 1 сорт	50	4,00	0,50	24,20	117,50	Х-5
	Хлеб "Бородинский"	20	1,2	0,2	8,8	42,0	Х-5
Полдник	Булочка промышленного производства	60	7,68	2,16	38,72	201,60	Х-22
	Сок фруктовый яблочный	200	1,0	0,0	23,4	94,0	VI-26
	Фрукт мандарин	150	1,2	0,0	12,9	57,0	ХП-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	ХП-1
	Огурец порционно	60	0,48	0,00	1,50	8,40	I-5
	Жаркое по домашнему	250	32,0	16,0	27,0	369,0	Ш-4
	Чай с сахаром	200	0,12	0,00	10,04	40,64	VI-14
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	Х-5
	хлеб Минский	30	2,30	0,30	15,30	72,00	Х-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Ряженка"	200	6,0	5,0	8,0	100,0	VI-1
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21	154	Х-3

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий производством

Е.А.Налейкина

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

20 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 05.08.2026 г.

День недели: Среда

Возрастная категория: 12-17лет

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	ХП-2
	Каша манная молочная жидкая	250/5	7,7	10,0	47,3	312,5	ВП-2
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,9	VI-2
	Батон	50	4,0	1,5	28,5	145,0	Х-5
	Хлеб "Ржано Пшеничный"	30	2,1	0,3	15,0	72,0	Х-5
Второй завтрак	Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка)	200	1,00	0,00	28,00	112,00	VI-26
Обед	Мясо говядина отварная на супы	20	4,1	0,5	0,0	20,8	II-2
	Суп картофельный с крупой "Харчо"	250	5,2	5,0	10,7	109,8	II-12
	Котлета рубленая из мяса птицы с сыром п/ф	120	26,4	8,4	19,2	351,6	III-50
	Каша пшеничная вязкая	180	8,8	3,2	38,3	217,00	IV-8
	Соус томатный	50	0,3	1,8	2,6	28,1	V-3
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,20	0,00	15,20	67,00	VI -19
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	Х-5
	Хлеб "Бородинский"	50	3,0	0,5	22,0	105,0	Х-5
Полдник	Булочка промышленного производства	60	7,68	2,16	38,72	201,60	Х-22
	Сок фруктовый яблочный	200	1,0	0,0	23,4	94,0	VI-26
	Фрукт мандарин	150	1,2	0,0	12,9	57,0	ХП-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	ХП-1
	Огурец порционно	100	0,80	0,00	2,5	14,00	I-5
	Жаркое по домашнему	300	38,0	19,0	33,0	450,0	III-4
	Чай с сахаром	200	0,12	0,00	10,04	40,64	VI-14
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	Х-5
	хлеб Минский	40	3,0	0,4	20,4	96,0	Х-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Ряженка"	200	6,0	5,0	8,0	100,0	VI-1
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21	154	Х-3

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий производством

Е.А.Налейкина